Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

আরম্ভ

সংস্থার বাণী

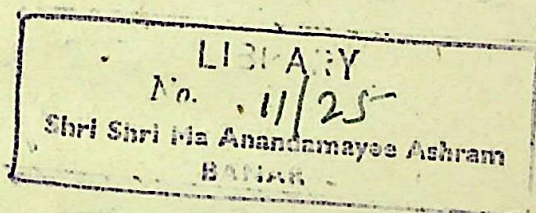
মানুষ

মানুষ হয়
চরিত্রে,
জ্ঞানে, বিদ্যায়
কর্ম্মে,
দানে, সেবায়
উপকারে,
ত্যাগে, প্রতিভায়
আর সত্যপালনেঃ

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

উপাসনা

LIBRARY
No. 11/25
Shri Shri Ma Anandamayee Ashram
BANARAS

শ্রী অজিতকুমার মল্লিক
হাওড়া।

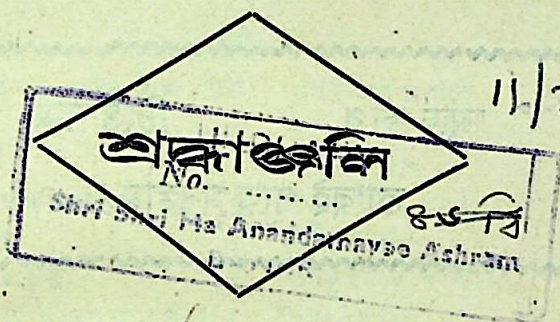
শ্রীগুরু লাইব্রেরী
২০৪, কর্ণওয়ালিস্ ষ্ট্রীট
কলিকাতা।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

নমস্তে

শ্রদ্ধাঞ্জলি

No. .... ৪৬ বি
Shri Shri Ma Anandamayee Ashram

পরমারাধ্য পিতৃদেব ও
পরম পূজনীয়া মাতৃদেবীকে
স্মরণ করিয়া

এই গ্রন্থ

যাঁহার বা যাঁহাদিগের জন্য
তাঁহার বা তাঁহাদিগের উদ্দেশ্যে,
নিবেদিত হইল।

মল্লিকবাড়ী,
ধরণী-মন্দির,
গঙ্গাতীর,
হাওড়া,
১৩৫৩

সেবক
—অজিতকুমার—

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ভজে জপে চিন্তে নাম
তা'রই পূরে মনস্কাম।

ডাকো আর কাঁদো, কাঁদো আর ডাকো
মনে প্রাণে, তাঁরে ;
সন্ধান মিলিবে নিশ্চয় পাইবে
খুঁজিতেছ যাঁরে।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

সূচীপত্র

—০—

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

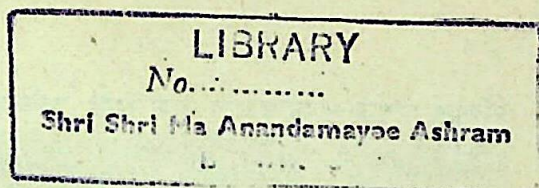
বিশেষ লক্ষণীয়

এই গ্রন্থের বিষয়বস্তু মধ্যে—কালের নিশ্চলতা, সকলের অবস্থা এবং সব কিছুর বয়ঃক্রম সমান, মনের চঞ্চলতা সত্ত্বেও স্থিরতা, অন্তরাত্মাই সৎগুরু, গৃহীর ব্রহ্মচর্য্য, সংযমসাধনই প্রকৃত ভোগসম্ভোগ প্রদাতা, গৃহস্থ-জীবন ও সন্ন্যাস উভয়ই সমান; বরং গার্হস্থ্যাশ্রম শ্রেষ্ঠ এবং ত্যাগ ও ভোগ, রোজগার ও দান, ক্ষতি ও লাভ, পাপ ও পুণ্য, ভাল ও মন্দ, জড় ও চৈতন্য সবই ভগবান এবং ভগবান বা ব্রহ্ম ছাড়া আর কিছু নাই, বলা হইয়াছে, ইহাই বিশেষ লক্ষ্য করিবার বিষয়।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

LIBRARY
No.........
Shri Shri Ma Anandamayee Ashram

ভূমিকা।

ঐহিক বিষয়কর্ম্মে সম্পূর্ণ লিপ্ত অবস্থায় *'মনুষ্যত্ব সংস্থা'র প্রাতঃকালীন উপাসনায় যুক্ত হইয়া প্রতিদিন যে স্বর্গীয় আনন্দে অতিবাহিত হয় এবং নিয়মিত উপাসনার ফলে মনপ্রাণ কোন স্তরে উন্নীত হইতে থাকে তৎসম্বন্ধে যাহা উপলব্ধ হইয়াছে তাহা সর্ব্বসাধারণে প্রচারের কর্ত্তব্যবোধে এই গ্রন্থের সূচনা।

আমার ভাষাজ্ঞান নগন্য এবং গ্রন্থ-প্রণয়ন-কৌশল সম্পূর্ণ অজ্ঞাত, তজ্জন্য ত্রুটি পরিলক্ষিত হওয়া স্বাভাবিক, তবে মূকজন যেরূপ ইঙ্গিতে কার্য্যসিদ্ধির প্রয়াস পায় তদনুরূপে এতদ্বর্ণিত ভাবসমূহ ভাষায় প্রকাশ করিবার চেষ্টা করিয়াছি।

ভাষাজ্ঞান দূরের কথা—আমার কোন জ্ঞানই নাই। যিনি সর্ব্বজ্ঞ ও নিয়ন্তা—যাঁহার ইচ্ছা না হইলে বৃক্ষের সামান্য একটী শুষ্ক পত্রও বৃন্তচ্যুত হয় না—এমন কি, সবই যখন তাঁহার ইচ্ছায় সম্পন্ন হয় তখন একান্ত আত্মনিবেদিত সাহস অবলম্বনে বলা যায় যে এই গ্রন্থ তৎনির্দ্দেশ অনুযায়ী লিখিত হইল।

উপাসনা সম্বন্ধে যাঁহাদিগের আগ্রহ আছে তাঁহাদিগকে এই গ্রন্থ অভি-নিবেশ সহকারে পাঠ করিতে অনুরোধ করি এবং পরবর্ত্তী সংস্করণ সুষ্ঠু

* মানব-জগতের সর্ব্ববিধ কল্যাণকর কর্ম্মে লিপ্ত সমিতি।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

করিবার আশায়—বিনীতভাবে তাঁহাদিগের অভিমত ও উপদেশ প্রার্থনা করি।

আমার ধারণা, জীবন সফল ও সার্থক করিতে প্রত্যেক নরনারীর উপাসনা একান্ত অবলম্বনীয়। সেজন্য এতদ্বর্ণিত বিষয় হইতে উপাসনা সম্বন্ধে যদি কাহারও যৎসামান্য প্রেরণা লাভ হয় এবং উক্ত মঙ্গলময় পথের পাথেয় সংগৃহীত হয় তাহা হইলে ইহার উদ্দেশ্য সাধিত হইবে; কারণ কালে বীজ মহীরুহে পরিণত হইয়া থাকে এবং উৎসের প্রবাহ থাকিলে তাহা মহাসাগরে মিলিত হয়।

গ্রন্থ-প্রকাশোৎসব
পঞ্চ-পঞ্চাশৎ জন্ম-তারিখ,
৩১এ আগষ্ট, ১৯৪৬ খৃঃ
১৪ই ভাদ্র, ১৩৫৩

বিনীত—
গ্রন্থকার
মনুষ্যত্ব সংস্থা,
হাওড়া।

'নমস্তে'

সহৃদয় পাঠক-পাঠিকাগণ সমীপে—

শ্রদ্ধেয় মহাশয়, / মহাশয়া,

'উপাসনা' পুস্তক সম্বন্ধে আপনার মূল্যবান্ উপদেশ এবং অভিমত প্রার্থনা করি।

মনুষ্যত্ব সংস্থা,
হাওড়া

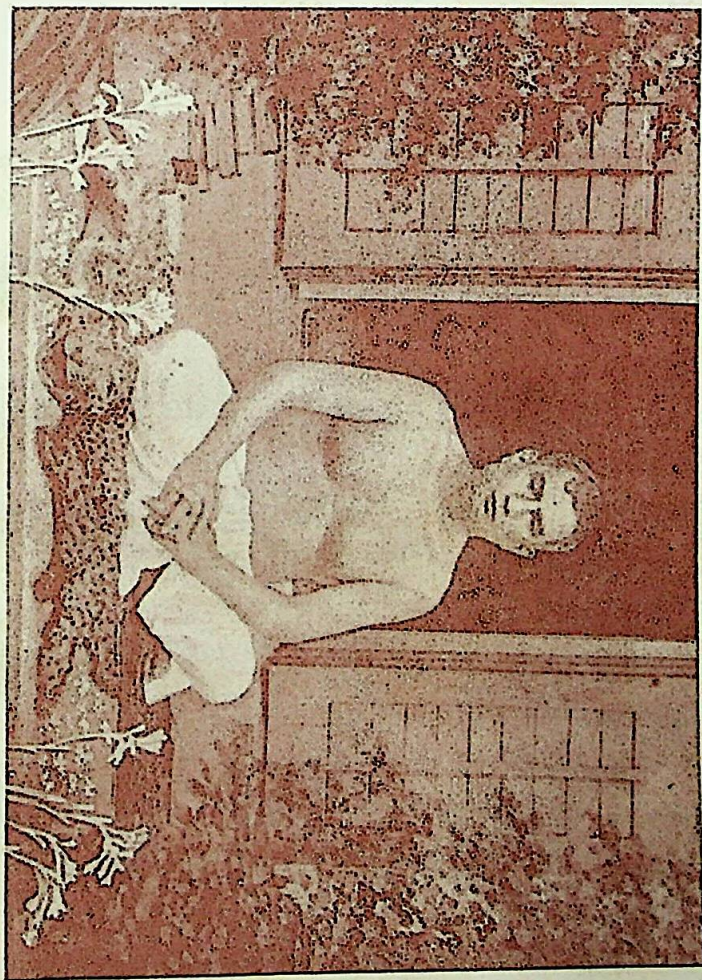
নিবেদক—
শ্রী অজিতকুমার মল্লিক

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

উপাসনারত গ্রন্থকার

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

PRESENTED

LIBRARY
No............
Shri Shri Ma Anandamayee Ashram

উপাসনা

প্রাথমিকী

পরস্পরের সহযোগিতা, দেহ মন প্রাণের শক্তি, ধন সম্পদ, বিদ্যা এবং পরমজ্ঞানের সংযোগ সাধারণতঃ মানুষকে মনুষ্যত্বে মণ্ডিত করে। প্রত্যেক মানুষই ঐ ঐশ্বর্য্য-সমূহের চির-অধিকারী, কিন্তু অনুদার ক্ষুদ্র-স্বার্থপ্রণোদিত সমাজে পারস্পরিক সহানুভূতিলাভে বঞ্চিত মানুষ মনুষ্যত্ব-হারা হয়, তথাপি সহজাত ধারণার বশবর্ত্তী হইয়া মনে হয় মানুষই শ্রেষ্ঠ জীব, পরন্তু শ্রেষ্ঠত্বে প্রতিষ্ঠিত থাকিবার সাধনা না থাকিলে অধোগামী হইতে হয়, প্রতিনিয়ত অনুশীলন দ্বারাই আত্ম-প্রতিষ্ঠ থাকা সম্ভব।

উচ্চাকাঙ্ক্ষা যদি জীবিতের লক্ষণ হয়—তবে মানুষ মনুষ্যত্বে পূর্ণ হউক,—মহামানবত্বে উন্নত হউক, দেবত্ব লাভ করুক কিন্তু তাহার নিজের এবং পারিপার্শ্বিক সম্বন্ধে অভিজ্ঞতা এবং কর্ত্তব্য-সাধনে তৎপরতা না থাকিলে—ছিন্ন-মূল বৃক্ষের অগ্রভাগ সেচনের অবস্থা প্রাপ্ত হয়। স্থাবর-জঙ্গমাত্মক পঞ্চভূতময় পৃথিবী, সূর্য্য চন্দ্র গ্রহ উপগ্রহাদি এবং তৎসমুদায়ের প্রভাব প্রতিপত্তি

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

প্রভৃতি যে সমস্তের সহিত মানুষের অবিচ্ছেদ্য সম্বন্ধ তৎসম্বন্ধে ধারণা এবং নিজ দেহ মন প্রাণের কামনা, বাসনা, কর্ম্ম, কর্ম্মফল, সুখ, দুঃখ, পাপ, পুণ্যাদি সম্বন্ধে সচেতন কর্ত্তব্য-সাধন মানুষের উন্নতির পথে অগ্রগামী হইবার সহায় হয়।

আমরা কোথা হইতে আসিয়াছি, কোথায় আসিয়াছি—আবার কোথায় যাইব; কেন আসিয়াছি, কি করিতেছি, কি-ই বা করা উচিত; আমাদের ইচ্ছায় কিছু হয় কি না, অথবা কাহার ইচ্ছায় কর্ম্ম হয়—; এই যে বিশ্বলীলা ইহা কি, ইহার উদ্দেশ্য কি, এ সমস্ত চিন্তা করিবার বিষয় নয় কি? অনন্ত কাল-প্রবাহে কত মানুষ, কত প্রাণী, কত বৃক্ষ-গুল্মাদি, কত মনোভাব, কর্ম্ম, কর্ম্মফল, বাসনা, কামনাদি কোথা হইতে আসিয়া কোথায় চলিয়া যাইতেছে; আবার আসিবে, চলিয়া যাইবে; প্রতি জীবনে কত ঘটনা ও ভাবাদি উদ্ভূত হইয়া কোন্ অনন্তে বিলীন হইয়া যাইতেছে—ইহা কি? বিশ্বে এই যে সবই সৃষ্টি-স্থিতি-লয়-অবলম্বনে প্রবাহিত বা স্থিত অথবা এই যে লীলা-বৈচিত্র্য—ইহার কর্ত্তা কে, কারণ কি? এবং পরিণতি কোথায়? আমি, তুমি কে বা কি? জগৎ কি? ঈশ্বর কে বা কি? এ সকল বিষয় সম্বন্ধে পরিশীলনের প্রবৃত্তি জাগ্রত করা উচিত নয় কি? সৌরজগদন্তর্গত অপরাপর গ্রহাদি এবং ঐ সমুদয়ে কিরূপ প্রাণী এবং তাহাদের কর্ম্ম কর্ম্মফলাদি ধারণা ভাবনাদি কিরূপ? আবার না কি এরূপ অনন্ত সৌরজগৎ আছে—! এ কি ব্যাপার!

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

এই সমস্ত লক্ষ্য করিতে যাইয়া মন দিশাহারা হইয়া পড়ে এবং অনুসন্ধিৎসু মন এ সম্বন্ধে তথ্য সংগ্রহের জন্য ব্যাকুল হয়। জ্ঞানের পথে আত্মসম্বিৎ লাভ করিতে অগ্রসর হইয়া মানুষ এই বিরাট জটিলতার সম্মুখীন হইয়া পড়ে—ইহার মীমাংসা নাই কি? ব্যাপারটা যেমন জটিল, তেমনই সহজ! কথাটী হেঁয়ালীর মত বোধ হইলেও অনুভূত-সত্য-অবলম্বনে বলিতে হইলে ইহা ছাড়া অপররূপে ব্যক্ত করিবার ভাষা যোগায় না। আমরা যাহা কিছু জানি বলিয়া মনে হয় তদ্ব্যতীত জ্ঞাতব্য অজ্ঞাত বিষয় সম্বন্ধে জ্ঞান লাভ করিতে হইলে— যিনি সর্ব্বজ্ঞ তৎসামীপ্যলাভে সমাহিত হইতে হয়। চরিত্রের সাধুতা ও উদ্যমের সহিত নিয়মিত উপাসনা অবলম্বনে অগ্রসর হইতে থাকিলে মানুষ যে কেবল জ্ঞান অর্জ্জনে পরম জ্ঞানী হয় তাহাই নয়, স্পর্শমণি সংস্পর্শে যে কোন ধাতু স্বর্ণে পরিণত হইবার প্রবচন অনুযায়ী উপাসনা-ফলে তৎ-সান্নিধ্যবোধে পরমপদে প্রতিষ্ঠিত হয়।

ঐহিক ধনসম্পদ, উচ্চপদ-গৌরব ও রাজৈশ্বর্য্য-লাভে সারাজীবন সুখে অতিবাহিত অথবা সাধারণভাবে জীবন যাপন করিয়াও মানুষের মনে পূর্ণত্বলাভে অভাবজনিত যে অতৃপ্তি থাকিয়া যায়— সব থাকা বা পাওয়া সত্ত্বেও মন যে কুল-কিনারা পায় না— ঐভাবের যে অসন্তোষ তাহা অতিক্রম করিবার একমাত্র উপায়,—উপাসনা।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

উপাসনা দ্বারা বিশ্বাস স্থাপিত হয়। বিশ্বাস ও নিয়মিত সাধনায় ইষ্টসিদ্ধি অর্থাৎ সবকিছু লাভের তৃপ্তিতে মন ভরিয়া উঠে এবং উহা যে মোহগ্রস্ত মনের বিকার নয় তাহা স্পষ্ট অনুভূত হয়।

উপাসনা সম্বন্ধে জ্ঞান

কাজ না করিলে যেমন কাজের ফল পাওয়া যায় না, তেমনই উপাসনা না করিলে তৎসম্বন্ধে জ্ঞান অথবা তাহার ফলে কি যে হয় তাহার উপলব্ধি হয় না। অনেকের ধারণা দিনান্তে তাঁহাকে একবার নামমাত্র ডাকিলেই যথেষ্ট হয়, এরূপ তাচ্ছিল্যে সর্ব্বশ্রেষ্ঠ কর্ম্ম সম্পাদিত হয় না। যে কর্ম্ম যত গুরু তজ্জন্য সেরূপ চেষ্টা, নিষ্ঠা ও আত্মনিয়োগ আবশ্যক। আত্মপ্রবঞ্চনা বা মন-ভুলান ব্যবস্থা ইহার সম্পূর্ণ বিরোধী।

গুরু বা শাস্ত্র

কোন ব্যক্তিবিশেষের বাক্য শ্রবণ বা গ্রহণে অথবা চিন্তাশীল সাধক-জনের লিখিত গ্রন্থপাঠে পারমার্থিক বিষয়ের ইঙ্গিত পাইলেও, উপাসনা নিজে না করিলে তাহা কার্য্যকরী হয় না। ইহা একান্ত নিজ-সাধন-সাপেক্ষ। নিজের সাধনায় ভ্রমপ্রমাদ থাকিলে, অনুশীলনের পথে দৈবক্রমে সংশোধিত হইয়া যায়। গতি থাকিলে ভ্রমপ্রমাদও গন্তব্য-সত্যের

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

সহায়ক-সত্ত্বে পরিণত হয়। বস্তুতঃ ইহা কঠোর নয়—ইহা একান্ত সহজ এবং সহ-জ।

উপাসনায় প্রবৃত্তি

প্রথম অবস্থায় দীর্ঘসূত্রতা, সঙ্কোচ, অনাবশ্যক-বোধ প্রভৃতি কারণে এই সহজ, ন্যায়সঙ্গত অত্যাবশ্যক কর্ম্ম বিপরীত, এমন কি বাতুলতা বলিয়া মনে হয়, কিন্তু আরম্ভ করিলে এবং আত্মোন্নতির উৎকণ্ঠা রাখিলে কিছুদিন নিয়মিত অভ্যাসের ফলে মনে হইবে কে-যেন সহায়তা করিতেছে এবং ক্রমে ইহার গুণ—উপলব্ধ হইতে থাকে। এমন কি উপাসনাই যে জীবনে সিদ্ধিলাভের সর্ব্বশ্রেষ্ঠ পথ তাহা বোধ হইবে। প্রাত্যহিক উপাসনার ফলে উত্তরোত্তর নিত্য নূতন ভাবে আনন্দানুভূতি বর্দ্ধিত হইতে থাকে, ক্রমে বাহ্যভাবাদি অন্তর্হিত এবং অনির্ব্বচনীয় আত্মস্থ অবস্থায় রূপান্তরিত হইয়া অন্তর ব্রহ্মানন্দ বা সচ্চিদানন্দে ভরিয়া উঠে।

দেহ, মন, প্রাণ ও দেশ, কাল, পাত্র

সুস্থদেহ যেমন সকল কার্য্যসম্পাদনের মূল বা উপযোগী তদনুরূপ স্থান অথবা আসন অর্থাৎ মুক্ত-দেশ যাহাদের নাই তাহাদের সাধন ভজন দূরের কথা— তাহাদের ইহজাগতিক অস্তিত্বই এমত নগণ্য যে তাহারা মানুষ নামের সম্পূর্ণ অযোগ্য।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

মনুষ্যত্ব-বিকাশে বিঘ্নকারী বহুবন্ধন এবং নিজ বাসভূমে পরবাসী অবস্থায় সে দেশের মানুষের জীবন-সাধনার কোন দিক্ স্ফূর্ত্তি পায় না। পারিপার্শ্বিক মুক্ত থাকিলে তবেই মানুষ মুক্তির আনন্দে আনন্দময় হইবার সুবিধা পায়। সুস্থ দেহ মন প্রাণে যেমন যে-কোন কর্ম্ম অথবা সাধনভজন—, বস্তু-তন্ত্রের উপর নির্ভর করিয়া যেমন আদর্শবাদের প্রতিষ্ঠা—, ইহকালকে স্বীকার করিয়া যেমন পরকাল—, তেমন সাধনার উপযোগী দেশ বা আশ্রয় না থাকিলে পরমাশ্রয়লাভে বিঘ্ন ঘটে। যদিও আধ্যাত্মিকতা মনোজগতের ব্যাপার তথাপি তাহাতে প্রতিষ্ঠিত হইতে হইলে দেহকে অস্বীকার করা চলে না। ইহলোকের সাধনার ভিত্তির উপর পারলৌকিক সিদ্ধির প্রাসাদ গঠিত হয়, তেমনই পরমাশ্রয় লাভ করিতে হইলে ইহজাগতিক সম্পূর্ণ মুক্ত আশ্রয় একান্ত আবশ্যক, তবেই সে-দেশের মানুষের মন-প্রাণ-আত্মার মুক্তি সম্ভব হয়। সাধন-পথের জয়যাত্রী বীরসাধকের আত্মনিবেদিত দীনহীনতাই পরমপদ প্রাপ্তির যোগ্য। দীনের দীনতা প্রকাশে মাধুরী নাই। ঐশ্বর্য্যবানের আন্তরিক বিনয়নম্রদীনতায় ঈশত্বের মাধুর্য্য বিকীর্ণ হয়। মুক্তদেশের মানুষেই তাহা সম্ভব। পরাধীনতার জ্বালায় জর্জ্জরিত,— স্বদেশমুক্তিকামী, স্বাধীনতা-অর্জ্জনে আত্ম-নিবেদিত সাধক তদীয় বন্ধন সত্ত্বেও মুক্ত এবং স্বাধীনদেশবাসী অপেক্ষা বীরত্বের সাধনায় অধিকতর সৌভাগ্যবান্; দেশসেবাব্রতী সাধক বীরকর্ম্ম সাধনায় পরম সিদ্ধিলাভ করেন।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

যেজন তদপেক্ষা উন্নতির সহায়ক সেইমত আপন জন বা তদনুরূপ সঙ্ঘের অধীনতাই ব্যষ্টি ও সমষ্টিগত স্বাধীনতার মর্ম্মকথা।

উপাসকের বয়স সম্বন্ধে স্থূলতঃ কোন ভেদ নাই। শিশুকালে জ্ঞান-সঞ্চার হইতে মৃত্যুকাল পর্য্যন্ত উপাসনা অবলম্বনীয়। শৈশবে সুযোগ না ঘটিলে তৎপরবর্ত্তী যে বয়সে জাগতিক সকল বিষয়ের অনুসন্ধিৎসা স্বতঃস্ফূর্ত্ত হয় সে সময় সৌভাগ্যক্রমে নীতি ও ধর্ম্মময় পারিপার্শ্বিকের সুযোগ-লাভ ঘটিলে ধর্ম্মজীবন গঠিত হইবার সুবিধা হয় এবং ঐ বয়সে অভিভাবকের সহায়তায় ও নির্দ্দেশে উপাসনা আরম্ভ করিতে পারিলে উত্তরকালে সিদ্ধিলাভের জন্য তাহা ধাতুসহ হইয়া থাকে। বাল্যে উপাসনা আরম্ভ না হইলে যৌবনে—এবং দুর্ভাগ্যবশতঃ বিনা-উপাসনায় যৌবন অতিক্রান্ত হইয়া যাইলে প্রৌঢ়ত্বে আরম্ভ করা যায় এবং জীবন একান্ত ব্যর্থ না হয় সেজন্য বৃদ্ধকালেও আরম্ভ করা মন্দের ভাল—তবে বাল্যাবস্থায় আরম্ভই প্রশস্ত, কারণ তাহাতে যৌবনে পূর্ণ উন্মেষের সুবিধা হয়। জীবনের পূর্ণ পরিস্ফুট অবস্থা যৌবন—তাহা যেন বিফলে না যায়। যৌবনে সর্ব্ববিষয় স্ফুরণের প্রকৃতিগত সহায়তালাভের সুবর্ণ-সুযোগ।—উপাসনাময় যৌবনই স্থিত-হৃষ্টচিত্তে সারাজীবন জগৎ সম্যক্ ভোগ করিবার অধিকারী হয়। তবেই প্রৌঢ়কালে প্রকৃতিগত সহজাত বানপ্রস্থ এবং বৃদ্ধকালে সহজাত সন্ন্যাসের প্রভাবে গৃহীর

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

তপশ্চর্য্যার পূর্ণ-পরিণতি লাভ হয়। বয়স থাকিতে, বৃদ্ধকালে উপাসনা আরম্ভ করিব—এরূপ ধারণা ভ্রমাত্মক। ইহাতে অবশেষে ব্যর্থ জীবলীলা সাঙ্গ হইয়া থাকে।

এ সম্বন্ধে অপর দিক্ লক্ষ্য করিবার বিষয় এই যে, সকলের বয়ঃক্রম সমান। মানুষ কেন— বিশ্বের যাহা কিছু সমস্তই সমবয়স্ক— এমন কি একটী ধূলিকণা পর্য্যন্ত ; কারণ সবই অনাদি-অনন্ত ব্রহ্মে যুগপৎ উদ্ভূত, স্থিত ও লয়প্রাপ্ত অবস্থায় শাশ্বত চিরপুরাতন ; আবার তেমনই ধারাবাহিক লীলা অবলম্বনে সবই চিরনূতন। উত্থান পতনের ভঙ্গিমায়, জড় অনুভূতিতে বোধ হয় কেহ বালক, কেহ বৃদ্ধ, কেহ জন্মাইতেছে, কেহ রহিয়াছে, কেহ মৃত্যুমুখে পতিত হইতেছে— যাহা জীবনেও প্রতিনিয়ত ঘটিতেছে ; বিশ্বের সমস্তই যুগপৎ সৃষ্টি-স্থিতি-লয়াত্মক ব্রহ্মের অন্তর্ভুক্ত যাহা নিজেতেই শাশ্বতভাবে অধিষ্ঠিত। যে মতবাদে পূর্ব্ব ও পরকাল অস্বীকৃত হয় তাহার ইহাই সত্যদর্শন। যুগপৎ সৃষ্টি-স্থিতি-লয়াত্মক একত্বই নিরাকার, নির্ব্বিকল্প, শাশ্বত, সর্ব্বব্যাপ্ত, চৈতন্য ব্রহ্মের স্বরূপ। তাহাই চিরবর্ত্তমান মহাকাল-ব্রহ্ম। ভূত-ভবিষ্যৎ—পূর্ব্বপরকাল ইহার অন্তর্গত। সূক্ষ্মদর্শনে সৃষ্টি-স্থিতি-লয়কে পৃথক্ করিয়া দেখিতে গেলে লক্ষ্য হইবে যে তাহাও সৃষ্টি-স্থিতি-লয়াধীন।

তেমনই বিশ্বের সব কিছুই চির-প্রাণবান্। জীবগণের মৃত্যুও প্রাণেরই অবস্থান্তর বিশেষ। জড় অনুভূতি দ্বারা মনের যে চির-নবীনত্ব স্পষ্ট অনুমিত হয়—তাহাতে এবং

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

দেহের জন্ম-জীবন-মৃত্যুর অবধারিত কালের নির্দ্দেশ না থাকায় দেখা যায় দেহগত শৈশব, বাল্য, যৌবন, প্রৌঢ়ত্ব ও বার্দ্ধক্যের সীমাও রহস্যাবৃত; অথচ প্রত্যেক অবস্থায় বাল্য যৌবন জরা, সুখদুঃখাদি সকল অবস্থারই প্রকাশ আছে; প্রতিদিনেও ষড়্ঋতুর বিবর্ত্তন লক্ষ্য হয়।

মহাকাল-ব্রহ্মের অতীত, বর্ত্তমান, ভবিষ্যৎ রূপ-বিভাগ কাল্পনিক বা জীবভাবের বিকারগ্রস্ত অনুভূতি মাত্র; বস্তুতঃ ইহা নিশ্চল! ইহাকে অর্থাৎ শাশ্বত বিরাট মহা-কাল-ব্রহ্মকে খণ্ড ক্ষুদ্রভাবে দেখিলে লক্ষ্য হয় যে প্রতি যুগযুগান্তর, বৎসর, মাস এবং প্রতিদিনেরও জন্ম জীবন মৃত্যু ঘটিতেছে। মানব-জীবনে একটী দিনের বিশ্লেষণেও তন্দ্রা, নিদ্রা, নিদ্রাভঙ্গ, জাগরণ এবং ঐ সকল অবস্থার প্রত্যেকটীতে অপর সকল অবস্থার বিদ্যমানতা লক্ষ্য হয়। নিদ্রায় সুষুপ্তি, অর্দ্ধজাগর্ত্তি, স্বপ্ন, স্বপ্নাবস্থায় তদন্তর্গত স্বপ্ন, জাগরণকালে অলক্ষ্য সময়ক্ষেপ, ভ্রান্তি, জ্ঞাত বিষয় মনে না পড়া, পরে মনে আসা ইত্যাদি বহু সূক্ষ্ম অবস্থা ধারণায় আসে। তাহার উপর জীবনই যে এক মহাস্বপ্ন!

দ্রুত গতিশীল যানের আরোহী যেমন যানসহ নিজেকে স্থির এবং পার্শ্বস্থ বৃক্ষাদিকে গতিশীল বোধ করে সেরূপ ঘূর্ণায়মান অন্যতম গ্রহ পৃথিবীর অধিবাসী এবং

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

জীবনগতিসম্পন্ন দেহী জীব নিজেকে স্থির এবং মহাকাল -ব্রহ্মকে গতিশীল বোধ করিয়া থাকে।

প্রত্যেকের উদ্বেগ-তৃপ্তি, লাভালাভ, অভাব অভিযোগ, আশা নিরাশা, সুখদুঃখ ইত্যাদি তুলনা করিলে সূক্ষ্মদর্শনে লক্ষ্য হয় যে সকলেরই অবস্থা সমান, সেরূপ উপাসনার যোগ্য পাত্র সম্বন্ধে মনোনিবেশ করিলে দেখা যায়—প্রত্যেকেই উপাসনার যোগ্য পাত্র। মানুষ নিজেকে হীন মনে করিয়া লইলে ক্রমান্বয়ে হীনতর এবং তদনুরূপ উচ্চ ভাবিতে পারিলে—মহত্তর অবস্থা লাভ করিতে সমর্থ হয়। ইহা মানবজীবন গঠনের সূক্ষ্ম ও মূল সূত্র। কিন্তু নিজমনে হীনতার ভাব পোষণ করিয়া বাহিরে উচ্চ অবস্থা প্রমাণ করিবার মিথ্যা প্রয়াস পাইলে তাহার ফল যেরূপ অনেক ক্ষেত্রে বিপরীত হয়— সেরূপ বাহ্যতঃ হীনভাব প্রকাশ করাও ক্ষতিকর। সর্ব্ববিষয়ের অধিকারী হইয়াই যে কোন মানুষের মানবজন্ম লাভ হইয়া থাকে। অবশ্য পারিপার্শ্বিক সুযোগসুবিধাই অধিকাংশ ক্ষেত্রে ,মানুষের জীবনগতি নিয়ন্ত্রিত করিয়া থাকে, কিন্তু প্রত্যেকেই যে সর্ব্ববিষয়ে— জন্মগত চিরঅধিকারী— এই মূল-সূত্র জানিবার সুবিধা হইলেই তবে মানুষ উন্নত হইতে থাকে অথবা আত্ম-প্রতিষ্ঠ হইতে পারে। সকল মানুষই যে 'মানুষ' এই সহজ সত্যকথা অনেক মানুষ বিস্মৃত হইয়া থাকে ; প্রত্যেকের সকল অবস্থায় মনে রাখা

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

উচিত যে দেববাঞ্ছিত জন্মের অন্তর্গত আমি মানুষ। ব্যবহারিক জগতে ঐহিক স্বার্থপরতায় এ বিষয় বিশেষ বৈচিত্র্য লক্ষ্য হইলেও ধর্ম্মজগতে উপাসনা আরাধনার পথে পরমাত্মায় আত্মনিয়োগে— জ্ঞান ভক্তি কর্ম্মাদি যে কোন উপায়ে সকলেরই সাফল্য অর্জ্জনের পথ উন্মুক্ত। এ বিষয়ে কেবলমাত্র নিজের ইচ্ছা থাকিলেই যথেষ্ট হয়। ইচ্ছা অনিচ্ছার অতীতের কথা এই যে— সবই যখন তাঁহা হইতেই উদ্ভূত— তাঁহাতেই স্থিত ও লয়প্রাপ্ত এবং তাঁহারই ইচ্ছায় সম্পন্ন হয়— তখন ইচ্ছা অনিচ্ছাও অবশ্য তাঁহারই উপর নির্ভর করে; কিন্তু ততদূর নৈষ্কর্ম্ম্য-সাধনায় সিদ্ধ হইতে গেলেও জীবের লীলা-সম্পাদনে— তদীয় প্রকৃতিগত অধিকারসূত্রে-প্রাপ্ত অধ্যবসায়ের প্রয়োজন। কাহাকেও কোন ইঙ্গিত না করিয়া ইহাই বক্তব্য যে তথাকথিত ধার্ম্মিক হইবার জন্য উপাসনা আরাধনার অবলম্বন নয়। যেহেতু সবই ব্রহ্ম সেই হেতু এক অথবা সর্ব্বতোমুখী প্রতিভা অর্জ্জনের ভিত্তি মনে করিয়া উপাসনা অবলম্বনে সকল বিষয়ে সাফল্য সুনিশ্চিত। ক্রম-সাধনায় ইহার ফল স্পষ্ট হইতে স্পষ্টতর অনুভূত হইতে থাকে।

এই সমস্ত আলোচনায় ইহকাল পরকাল সম্বন্ধে প্রশ্ন মনে উদিত হয়। মানবজন্মের পূর্ব্বে আমরা কোন্ প্রাণী অথবা কি ভাবে ছিলাম—পরজন্মেই বা কি হইব তাহা জ্ঞানের অগোচর— এবং সর্ব্বনিয়ন্তার নিয়ন্ত্রণাধীন এবং

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ইহাতে বেশ স্পষ্ট হইয়া উঠে যে বিশ্বের সবকিছুই তাঁহারই ইচ্ছায় হয়। ইহকাল পরকালে আস্থাবান্ মতবাদ অনুযায়ী লক্ষ্য করিলে দেখা যায়—পরকাল ইহকালের এবং ইহকাল অতীত পূর্ব্ব-পূর্ব্বজন্মের অব্যাহত ধারায় ধারাবাহিক। তথাপি ইহা প্রামাণিক সত্য যে জ্যোতিষ-শাস্ত্র অনুযায়ী গ্রহ নক্ষত্রাদির প্রভাব, এক মাত্র উপাসনার দ্বারাই অতিক্রম করিয়া অভীষ্ট লাভ করিতে পারা যায়। অতীতের আলোচনা করিলে মনে হয়— পূর্ব্ব-পিতৃগণের সাধনা-লব্ধ ঐশ্বর্য্যসমূহ আমরা অধিকারসূত্রে প্রাপ্ত হইয়াছি এজন্য পরকাল অথবা পরবর্ত্তী বংশধরগণকে অধিকতর ঐশ্বর্য্য-মণ্ডিত করিবার কর্ত্তব্যসাধনে এবং যে ইহকালের উপর পরকাল সম্পূর্ণ নির্ভর করিতেছে সেই ইহজীবনকে সার্থক ও আনন্দময় করিতে এমন কি সদ্যঃ সফলতার দিক্ দিয়া ভোগ করিতে হইলে তাহার একমাত্র উপায় —উপাসনা —যাহা জীবাত্মা পরমাত্মায় সংযোগ স্থাপন করিয়া চিত্ত সদানন্দ রাখে।

এজন্য মেধা বা বুদ্ধি অথবা শাস্ত্র-গ্রন্থাদি অধ্যয়নজনিত জ্ঞান না হইলেই যে হইবে না, তাহা নয়। আমার দৃঢ় ধারণা—একান্ত আকাঙ্ক্ষা, উৎকণ্ঠা ও নিয়মিত অনুশীলনদ্বারা ভগবৎ প্রেরণা-লব্ধ নিজ-বিবেকের নির্দ্দেশ অনুযায়ী এই একান্ত কর্ত্তব্য পথে 'উপসনা অবলম্বনে' অগ্রসর হইতে থাকিলেই অভীষ্ট পূরণ হয়। ব্যাকুল আগ্রহই ঈশত্ব-লাভের উপায়।

ইহাতে কৌতুকসার আনুষ্ঠানিক পূজার নানাবিধ উপ-

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

করণাদি আয়োজনের বাহুল্যে উদ্ভূত অহঙ্কার আসে না। পরন্তু অশ্রুসম্বল আত্ম-সমর্পণে নিরহঙ্কার মন দীনতার ঐশ্বর্য্যে মণ্ডিত হইয়া তৎসান্নিধ্যলাভে আনন্দঘন সচ্চিদানন্দ অবস্থা প্রাপ্ত হয়।

ব্রহ্মচর্য্য পালনই সাধন-ভজনের ভিত্তি। ব্রহ্মচর্য্য অত্যন্ত কঠোর এবং গার্হস্থ্য জীবনে তাহা সম্পূর্ণ পালন করা অসম্ভব এরূপ ধারণা অমূলক। যিনি ব্রহ্ম আচরণ, ব্রহ্মে বিচরণ ও ব্রহ্মচারীর নিয়ম প্রতিপালন করেন, তিনিই ব্রহ্মচারী। উপাসনাই ব্রহ্মচারীর ব্রত-পালনের সহায়। বিনা উপাসনায় ব্রহ্মচর্য্য পালন অসম্ভব ; এবং বিনা ব্রহ্মচর্য্যে সাধনা উপাসনায় সিদ্ধি অসম্ভব ; ইহা একের উপর অপর একান্ত নির্ভরশীল ; ইহার একের সাধনে অপর সাধন স্বতঃসিদ্ধ হয়— এমন কি, উপাসনাই ব্রহ্মচর্য্য এবং ব্রহ্মচর্য্যকে উপাসনা বলা চলে। তবে বীর্য্যরক্ষা করাই যে ব্রহ্মচর্য্য এমত ধারণার কারণ এই যে, বীর্য্যধারণই ব্রহ্মচর্য্যপালনের একান্ত সহায়ক বা মূল। সম্পূর্ণভাবে বীর্য্যরক্ষা করাই যে ব্রহ্মচর্য্য এই ধারণায় গার্হস্থ্যজীবনে উহা অসম্ভব বোধ হওয়ায় সাধন ভজনে গৃহিগণের মন শিথিল হইয়া পড়ে ; বস্তুতঃ আমরা ভুলিয়া যাই যে সর্ব্বশ্রেষ্ঠ গার্হস্থ্যাশ্রমের উপর অপর সকল আশ্রম নির্ভরশীল এবং গৃহী তথা সন্ন্যাসী সকলেরই জন্ম মাতাপিতার মিলন-ফলে। যাহা হইতে জন্ম ও দেহের উৎপত্তি, দেহধারণে তাহা অতিক্রম করা যায় কি না এবং ঋষি-নির্দ্দিষ্ট দশবিধ সংস্কারের অন্যতম

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

শ্রেষ্ঠ সংস্কার বিবাহ এবং যাহা স্রষ্টার সৃষ্টির সহায়ক তাহা হইতে বঞ্চিত হওয়া সমীচীন কি না, ইহা বিশেষ বিচার সাপেক্ষ, কারণ ব্রহ্মচর্য্য-ব্রত-পালনের উপর সাধন-ভজন এমন কি জীবনের সমূহ কর্ত্তব্য সম্পাদন একান্ত নির্ভর করে।

দেহের সংযোগে মনপ্রাণের ক্রিয়াই জীবন। সেই মন প্রাণ সংযত ও পবিত্র করিতে পারিলেই ব্রহ্মচর্য্য ব্রত-সাধন সম্ভব হয়। কঠোর এবং একান্ত কোমল কর্ত্তব্য-সাধনে গর্ভধারিণী স্বয়ং নিজপুত্রকে যে নবোঢ়া পুত্রবধূ-সান্নিধ্যে ফুল-শয্যায় প্রেরণ কবিয়া থাকেন এবং যে বীর্য্য রজের মিলনফলে প্রত্যেকের জন্ম তাহা কত পবিত্র ও মহামূল্যবান্ তাহা ধারণায় রাখিয়া এ বিষয়ে বিধিনিষেধ মান্য করিয়া সংযম-সাধনায় এবং তাহা নিয়মিত প্রয়োগে ব্রহ্মচর্য্য-ব্রত অক্ষুণ্ণ থাকে।

ভগবদ্ভাবে এবং ঋষি-নির্দ্দিষ্ট নিয়ম বিচারাদি অবলম্বনে গার্হস্থ্যধর্ম্ম আচরণে স্বর্গীয় তৃপ্তি লাভ হয় এবং গৃহীর ব্রহ্মচর্য্য সম্পূর্ণ সাধিত হয়। গৃহস্থাশ্রমে প্রবেশের পূর্ব্বকালে সম্পূর্ণ বীর্য্যধারণপূর্ব্বক কঠোর ব্রহ্মচর্য্য পালন একান্ত কর্ত্তব্য— তাহাতে দেহ সুস্থ, সবল এবং আয়ুর্বৃদ্ধি হয় এবং সারাজীবন দেহ-মন-প্রাণ পরমানন্দে অতিবাহিত হয়। মোহযুক্ত ক্ষণিক-সুখের আশায় যথেচ্ছাচারে মানুষ সর্ব্বহারা হইয়া জীবন্মৃত অবস্থায় কালক্ষেপ করে। প্রথম-জীবনের ভিত্তি দৃঢ় করিয়া লইলে পরবর্ত্তী জীবনে মনপ্রাণদেহ এরূপ নিয়মানুগ হয়, যে তখন ব্রহ্মচর্য্য অবস্থায় ব্রহ্ম আচরণ,

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ব্রহ্মে বিচরণ ক্রিয়া স্বতঃস্ফূর্ত্তভাবে মনপ্রাণে কার্য্যকরী হইয়া আনন্দঘন ব্রহ্মময় ভাব স্পষ্ট হয়।

এক-পতি-পত্নীত্ব এবং তদুপযোগী নিয়ম প্রতিপালনে কঠোর সন্ন্যাস অপেক্ষা গৃহীর ব্রহ্মচারিত্ব অধিকতর ঐশ্বর্য্য-মণ্ডিত হয়।

কামেন্দ্রিয় সংযত রাখিতে পারিলে অপরাপর ইন্দ্রিয়সংযম সহজ হয়; তজ্জন্য উপবাসাদি ব্রতাচরণ, আহারবিহারও একান্ত নিয়ম অনুযায়ী পালন করা কর্ত্তব্য; মন সকল ইন্দ্রিয়ের যেহেতু মূল, সেই হেতু মনের সংযমেরই উপর সকল ইন্দ্রিয়সংযম নির্ভর করে। সমস্ত বিশ্বে ভগবানের অস্তিত্ব— এইএকান্ত সত্য অনুভূতিতে সদা-চঞ্চল মন পরোক্ষভাবে সংযত হয়; সংযমই জীবনের সকলদিকে সিদ্ধির একান্ত সহায়। সংযমসাধনই প্রকৃত ভোগসম্ভোগ প্রদাতা।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

উপাসনা।

অক্ষর ও শব্দার্থ ঃ—অর্থপ্রকাশক ভাব ও উচ্চারণ লক্ষ্য করিয়া এক একটী অক্ষরের সৃষ্টি এবং কয়েকটী অক্ষরের সংযোগে অর্থপ্রকাশক বাক্য এবং তদ্দ্বারা সম্পূর্ণ ভাব প্রকাশেই—ভাষা। দেশভেদে ভাষা বিভিন্ন। একই দেশের পৃথক্ স্তরের ব্যক্তির তৃপ্তি পাইবার ভাষা পৃথক্। অনেক বাক্য এক ভাষা হইতে অন্য ভাষায় স্থান পায়। বাঙ্গালা ভাষার বহু শব্দ সংস্কৃত হইতে গৃহীত। উপাসনা শব্দ বাঙ্গালা ভাষায় ব্যবহৃত হইলেও মূলতঃ উহা সংস্কৃত ভাষার অন্তর্গত। সংস্কৃত বাক্যের অর্থ হইতে উক্ত ভাষা যে কৃতসংস্কার তাহা বুঝায়। গভীর ভাবসমূহ সংক্ষেপে প্রকাশ করিবার জন্য বিশেষ ভাবে কৃতসংস্কার ভাষা— সংস্কৃত।

উপাসন এবং উপাসনা পদদ্বয় সংস্কৃত ভাষার অন্তর্গত। উপাসন শব্দের অর্থ—সমীপে বা নিকটে উপবেশন, সেবা, পরিচর্য্যা, আরাধনা, পূজা, উপ (সামীপ্য)—আস্ (উপবেশন) + অনট্ ভা। অভ্যাসার্থ শর-ক্ষেপণ। উপ – অস্ + অনট্ ভা।

উপাসনা অর্থে— সেবা, পূজা, আরাধনা, অর্চ্চনা ; উপ (সামীপ্য)—আস্ (উপবেশন) + অনট্ ভা + আপ্।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

কি জন্য, কোথায় বা কাহার সমীপে উপবেশন? যাহা অরূপ, অবাঙ্মনসোগোচর— তাঁহার নিকট উপবেশন! তাঁহাতে থাকিয়া, তাঁহার নিকট উপবেশন— ইহার তাৎপর্য্য— তাঁহাতে থাকিয়াও যে তাঁহা হইতে দূরে রহিয়াছি— এই ভ্রম অপসারণ। কাহার সেবা, পরিচর্য্যা, আরাধনা, পূজা, অর্চ্চনা? একমাত্র যাঁহার পূজা, সেবা করিলে নিজের ও সমূহ বিশ্বের পূজা করা হয় তাঁহার সেবা, পূজা, আরাধনা করিবার নির্দ্দেশ। নিজের বা তাঁহার সেবাদি কিভাবে করা যায়? আমার আমিত্বেও তাঁহারই বিদ্যমানতা, কিন্তু কেবল আমার আমিত্ব-সম্বলে— ক্ষুদ্রস্বার্থসিদ্ধির প্রয়াসে যখন মাত্র নিজেকে লইয়া থাকি তখন তাহাতে কেন পূর্ণতৃপ্তি পাই না? কারণ স্থূলতঃ এবং সূক্ষ্মতঃ বিশ্বের সব-কিছুতে তিনি আছেন, অতএব আমিত্বের নিবেদনে ও নিয়োগে তৎ-সংযোগে আমার ও সব-কিছুরই সেবা, পূজা, অর্চ্চনাও হওয়া আবশ্যক। বিশ্বের সবকিছুর সহায়তায় আমি পরিপুষ্ট, অতএব তাহার বিনিময়ে—কি উপায়ে, কোন্ প্রতিদানে আমি ঋণমুক্ত অথবা আমিত্বের প্রসারে সত্য-আমিত্বে প্রতিষ্ঠিত হইতে পারি? স্থূলতঃ— সকলের পূজা, অর্চ্চনা, সেবা করা অসম্ভব! তাহার উপায়— বিশ্বের কল্যাণ-কর্ম্মে নিজেকে সদা-জাগ্রতভাবে উৎসর্গ করিয়া রাখা। যে-কোন কর্ত্তব্য-কর্ম্ম সবই ভগবৎ-কর্ম্ম ভাবিয়া— জন্মজীবনের উদ্দেশ্য সত্য-সিদ্ধির জন্য জন্মগত-অধিকার-সূত্রে প্রাপ্ত নিজ-শক্তি অনুযায়ী তাহা সম্পাদন করা কর্ত্তব্য। ইহা সূক্ষ্মে

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

পৌঁছিবার স্থূল উপায়। ইহা অপেক্ষা সূক্ষ্মতর এবং সহজ পন্থা— যে শক্তিতে, যাঁহার সাহায্যে সব-কিছু হইতেছে— তাঁহার স্মরণ লইয়া, সাক্ষাৎ-শক্তিতে শক্তিমান্ হইয়া তাঁহারই কার্য্য সম্পাদন করা। তাহার উপায়—, প্রত্যহ প্রত্যূষে তদীয় মহিমা অর্থাৎ বিভূতি-নির্দ্দেশক নাম-অবলম্বনে উপাসনায় তদ্ভাবময় হইতে হয়। পরে দিনগত যে-কোন কর্ম্ম সবই তৎসহায়ে ভগবৎ-কর্ম্মরূপে সম্পন্ন হয়। সকলে এবং সকল-কর্ম্মই যে তাঁহার এবং তিনি—তাহা অনুভূত হইবে ; ইহাই সত্য এবং চরম লক্ষ্য।

উপাসনার সময়

"পহ্‌লা পহর্ সব-কোই জাগে,
দোস্‌রা পহর্ ভোগী;
তিস্‌রা পহর্ তস্কর জাগে,
চৌথা পহর্ যোগী।"

অর্থাৎ রাত্রির প্রথম প্রহরে সকলেই জাগিয়া থাকেন ; দ্বিতীয় প্রহরে ভোগীরা জাগরণ করেন ; তৃতীয় প্রহরে তস্করগণ জাগিয়া চৌর্য্যবৃত্তি অবলম্বন করে— একথার পরোক্ষ তাৎপর্য্য— ঐসময় জাগিয়া থাকা উচিত নয় এবং জাগিয়া থাকিবার অধিকার নাই— সেজন্য অনধিকারজনিত

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

সময়-অপব্যবহাররূপ-অপহরণে চৌর্য্যাপরাধ হয়, যাহা দেহ ও মনে স্পষ্ট অনুভূত হয়। চতুর্থ প্রহরে যোগিগণ জাগরণ করিয়া থাকেন— একথার উদ্দেশ্য— রাত্রির চতুর্থ প্রহরে সাধনভজন, আরাধনা, উপাসনার প্রশস্ত সময়। পরিমিত নিদ্রা— দেহ সুস্থ রাখিতে একান্ত প্রয়োজনীয়। রাত্রির দ্বিতীয় প্রহরে জাগরণফলে ভোগস্পৃহা বলবতী হয় এবং উপাসনা-কালের পূর্ব্বে শয্যাত্যাগ করা কষ্টসাধ্য হয় এবং চতুর্থ প্রহরে শয্যায় নিদ্রালু অবস্থা ক্ষেপণে কামের উত্তেজনা বর্দ্ধিত হইয়া শরীর ও মন অনর্থক অশান্তিময় ও ক্ষতিগ্রস্ত হয়; ইহাতে উপাসনাময় জীবনের ব্যাঘাত জন্মে।

রাত্রির চতুর্থ প্রহরের পূর্ণ তিনঘণ্টাসময় একাজে নিয়োজিত করা সকলের পক্ষে সহজসাধ্য না হইতে পারে, তবে রাত্রির প্রথম প্রহর অতিক্রান্ত হইবার অব্যবহিত পরে যে সময় শৃগালের ডাকে প্রকৃতি জানাইয়া দেন— মানুষের শয্যাগ্রহণের সময় হইয়াছে— সে সময় শয্যাগ্রহণ করিলে রাত্রির চতুর্থ প্রহরের প্রারম্ভে শয্যা ত্যাগ করা সহজ হয়।

ঐ সময়ে, জীবিকা অর্জ্জনে নিযুক্ত অথবা শয্যাত্যাগে একান্ত অপারক ব্যক্তিগণের পক্ষে নিজ নিজ পারিপার্শ্বিক অবস্থা অনুযায়ী উপাসনার সময় নির্দ্দিষ্ট করিয়া লওয়া উচিত; কিন্তু ব্রাহ্মমুহূর্ত্তই যে ব্রহ্মসাধনার উপযুক্ত সময় তাহা স্মরণ রাখা কর্ত্তব্য। অরুণোদয়ের পূর্ব্বে প্রথম দুই দণ্ড অর্থাৎ প্রায় এক ঘণ্টা কাল ব্রাহ্মমুহূর্ত্ত। অহোরাত্র

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

মধ্যে সাধারণের পক্ষে ব্যবহারিক জগতের কর্ত্তব্য-কর্ম্ম-সমূহ কোনরূপ ব্যাহত না করিয়া এই একান্ত অবসর সময় সর্ব্বাপেক্ষা শ্রেষ্ঠকর্ম্মে নিয়োগ করা যায়।

রাত্রির শেষপ্রহরের প্রথমার্দ্ধে শয্যাত্যাগ করিবারও অভ্যাস করিতে হয়। এজন্য শয্যাগ্রহণের সময়— রাত্রির দ্বিতীয় প্রহরের প্রথম দুই দণ্ড অতিক্রান্ত না হয় তাহা লক্ষ্য রাখা আবশ্যক এবং ঐসময় শয্যাগ্রহণ করিয়া চিৎ হইয়া বিশ্বলীলাময় ভগবানের বিভূতি, মহিমা চিন্তা করিতে করিতে, পরে দক্ষিণ-পার্শ্বে ক্ষণকাল কাৎ হইয়া, পরে বাম-পার্শ্ব ফিরিয়া নিদ্রিত হইতে হয় এবং নিদ্রা আসিবার পূর্ব্বে, প্রথম অভ্যাসে, ইহাও প্রার্থনা করিয়া লইতে হয়— হে ভগবান্— ভোরে যথাসময়ে আমায় উঠাইয়া দিবেন, ইহাতে লক্ষ্য হইবে— রাত্রি সুনিদ্রায় অতিবাহিত হইয়াছে এবং আকাঙ্ক্ষিত-সময়ে আপনাআপনি ঘুম ভাঙ্গিয়া যাইবে অথবা মনে হইবে— কে যেন ঐসময়ে ঘুম ভাঙ্গাইয়া দিবে বা দিতেছে। ইহা ক্রমে অভ্যাস হইয়া যায় এবং তাহাও বজায় রাখিতে সচেষ্ট থাকিতে হয়। বামপার্শ্বে শয়ন জন্য ভক্ষিত-খাদ্য সুপরিপাকের ফলে মলমূত্রবেগও যথা-সময়ে শয্যাত্যাগের সহায়তা করে। ঐসময় শিশুগণেরও মল-মূত্র-বেগ-জনিত নিদ্রাভঙ্গ হয়, তজ্জন্য তাহারা ক্রন্দন করে। কিন্তু অলস মাতা পিতা এই ভগবন্নির্দ্দেশ বুঝিতে না পারিয়া বিরক্ত হয় এবং পার্শ্বপরিবর্ত্তন করিয়া পুনরায়

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

নিদ্রিত হইতে লজ্জাবোধ করেন না এবং নিরীহ শিশুও শয্যা অপরিষ্কার করিতে এবং তদুপরি শয়ন করিয়া থাকিতে বাধ্য হয় তজ্জন্য অসুস্থ ও রোগগ্রস্ত হয়। অতঃপর ঐসময় এমন-সব পাখী ডাকে যাহাতে বিরক্তি উৎপাদন না করিয়া জাগাইয়া দেয়— তাহাতেও যাঁহারা শয্যাত্যাগ করেন না তাঁহাদের জন্য একের পর অন্য জাতীয় পক্ষিগণ সামান্য হইতে উচ্চতর কণ্ঠস্বরে ঘুম ভাঙ্গাইয়া দিয়া থাকে। পাখী-ডাকার প্রথম অবস্থায় যে কাক ডাকিয়া যায়— তখনকার কাকের স্বরও কর্কশ নয়, কিন্তু ঐসময়ের শেষঅবস্থায় দলবদ্ধ কাকের কর্কশ-ডাকে ঘুম ভাঙ্গাইবার ব্যবস্থাও প্রকৃতি করিয়াছেন। এস্থানে মোরগ ডাকার কথা উত্থাপন করা অপ্রাসঙ্গিক হইবে না। মোরগের স্বর লক্ষ্য করিলে বুঝা যায়— মোরগ যে যে সময় ডাকে— মানুষকে সেই সেই সময় যেন বিশেষ বিশেষ কাজ করিবার নির্দ্দেশ দিয়া থাকে, বিশেষতঃ ভোরের ডাক যে উপাসনার জন্য, ইহা যাঁহারা উপাসনা করেন তাঁহারাই উপলব্ধি করিতে পারেন। শ্রীশ্রীচণ্ডীর একাদশ অধ্যায়ের পঞ্চদশ শ্লোক লক্ষ্য করিলে দেখা যায়— দেবীর বাহন কুক্কুট ; এজন্য মনে হয় মানুষকে ঐ সময় জাগ্রত করিতে সবাহনা চৈতন্যদায়িনী দেবী যেন দ্বারে সমুপস্থিতা।

ভোরে শয্যাত্যাগই উপাসনার তথা জীবনের সকল দিক্ সফল হইবার জন্য সর্ব্বপ্রথম ও সর্ব্বপ্রধান অবলম্বনীয় সহায়। ঐসময়ে ঘুম ভাঙ্গিলে— আলস্যের সামান্য-মাত্র

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

অবসর না দিয়া ত্বরিত শয্যাত্যাগ করিতে হয়। ইহার বহু গুণ। ঐসময় প্রকৃতিযুক্ত কালরূপী ভগবানের এক বিশেষ বিকাশ। উহার সাহচর্য্য-বঞ্চিত জীবন—দুর্ভাগ্য জীবন। ঐসময় শয্যাত্যাগ রোগেরও ঔষধস্বরূপ "সুবেহ্ কি হওয়া শও হাকিম্ কী দাওয়া" অর্থাৎ ভোরের হাওয়া (ভ্রমণে বায়ু-সেবন) শত-বৈদ্যের ঔষধস্বরূপ। শয্যাত্যাগের পরই যাঁহাদিগের মলমুত্রের বেগ না হয় অথবা যথেষ্ট না হয় তাঁহারা ঐ সময় প্রচুর পরিমাণ বরং কিঞ্চিদধিক স্নিগ্ধজল পান করিয়া ক্ষণকাল ভ্রমণ করিলে, মলত্যাগ-বেগের অত্যন্ত সাহায্য হয় এবং ঐ সময়ে কোষ্ঠ-পরিষ্কার হইলে সারাদিন দেহমন পবিত্র নির্ম্মল ও নীরোগ থাকিবার একান্ত সহায়তা করে এবং উপাসনা সহজে কার্য্যকরী হয়। শয্যাগ্রহণের পূর্ব্বে উন্মুক্ত স্থানে বস্ত্রাচ্ছাদিত মৃন্ময়-পাত্রে রক্ষিত স্নিগ্ধ-জল উষাকালে পান করা (উষাপান) প্রত্যেকের কর্ত্তব্য ইহা অত্যন্ত উপকারী।

উপাসনা স্থান ও উপাসকের অবস্থা

যাঁহার নিকট উপবেশন করিবার জন্য সঙ্কল্প, উপাসনা-স্থান তাঁহার আগমন এবং আসনের উপযুক্ত পবিত্র, মহিমমণ্ডিত করিতে হয়। তাঁহার নিকট উপবেশন করিবার যোগ্য হইয়া অর্থাৎ দেহ পবিত্র করিয়া মনপ্রাণে— তাঁহার আবির্ভাবের উৎকণ্ঠা লইয়া অর্থাৎ তদ্ভাবময় হইবার আকাঙ্ক্ষা লইয়া উপবেশনে উপাসনা সফল হইবার সমধিক সম্ভাবনা

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

হয়। অভ্যাসের ফলে কাহারও বহির্জাগতিক আচার-অনুষ্ঠানের অতীত অবস্থা লাভ হইলেও সে আদর্শে অপর সাধারণ উপাসকের পাছে ক্ষতি হয়, তজ্জন্য বহিঃশুদ্ধির প্রতি তাচ্ছিল্য না করাই কর্ত্তব্য।

রাত্রির চতুর্থপ্রহরে শয্যাত্যাগ করিয়া মলমূত্রাদি ত্যাগ অন্তে, সহ্য হইলে স্নান নচেৎ চক্ষু, মুখমণ্ডল ও মুখগহ্বর, নাসিকা, কর্ণ, হস্ত, পদ প্রক্ষালন করা উচিত। চক্ষু খুলিয়া বা মুদিয়া জলের ঝাপ্টা দিতে হয়, ইহাতে চক্ষু রোগগ্রস্ত হইতে পারে না এবং দৃষ্টিশক্তি ভাল থাকে। মুখের মধ্যে অঙ্গুলি দিয়া গলা পরিষ্কার করা উচিত। নাসিকা ধৌত-করিতে নাসিকা দ্বারা জলগ্রহণ করিয়া মুখ দিয়া নির্গত করা উচিত, ইহাতে বহু উপকার হয় ; প্রত্যেকবার মুখ ধুইবার সময় নাসিকা দ্বারা জল-গ্রহণে মাথাধরা. কেশের অকাল পক্কতা, ইন্দ্রলুপ্ত প্রভৃতি বহু শিরোরোগ হয় না, ক্রোধ উপশমিত হয় এবং মস্তিষ্ক শীতল থাকে। ইহা অভ্যাস হইলে স্নানের পূর্ব্বে তৈল-মর্দ্দনকালে পরিশুদ্ধ সর্ষপ-তৈল নাসিকা দ্বারা প্রচুর পরিমাণ-গ্রহণ করিয়া পরে স্নানকালে নাসিকা দ্বারা জল লইলে সমধিক উপকার হয়, হৃদ্‌যন্ত্র ও ফুস্‌-ফুস্‌ ভাল থাকে এবং সর্দ্দি শ্লেষ্মা নির্গত হইয়া দেহের বহু উপকার সাধিত হয়। সর্ব্বাঙ্গে তৈলমর্দ্দনের পরে স্নানে দেহ স্নিগ্ধ হয় এবং চর্ম্ম-রোগাদি নিবারণে সহায়তা করে। মস্তকে নারিকেল অথবা তিল তৈল, অন্তর্গ্রন্থি-স্থলে নারিকেল তৈল, নখ, নাভি,

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

বক্ষঃস্থল, পদতল ও অন্য অঙ্গে সর্ষপতৈল মর্দ্দন করা কর্ত্তব্য। কোন কোন বিশেষজ্ঞের অভিমত সর্ষপতৈল অপেক্ষা তিলতৈল উপকারী।

স্নান বা শৌচাদি শেষ করিয়া শুদ্ধ-পরিষ্কৃত বস্ত্রাদি পরিবর্ত্তন করিয়া, বর্ষার দিনে আচ্ছাদিত স্থানে, শীতের সময় অপেক্ষাকৃত জাড্যবিরলস্থানে, এতদ্ব্যতীত সকল সময়ে উন্মুক্ত আকাশতলে উপাসনা কর্ত্তব্য। যে স্থান হইতে প্রাকৃতিক সৌন্দর্য্য তথা মেঘের বর্ণ-বৈচিত্র্য লক্ষ্য হইবে সেরূপ স্থানে আসন করিয়া পূর্ব্বাস্যে এবং ব্রাহ্মমুহূর্ত্ত অতিক্রান্ত হইলে উত্তরাস্যে এবং সান্ধ্য উপাসনায় উত্তর-পশ্চিম মুখে উপাসনার আসন করিলে প্রাকৃতিক সৌন্দর্য্যের সহায়তা লাভ হয়; সন্ধ্যাকাল অতীতে চন্দ্রোদয়ের দিকে এবং তদভাবে গৃহমধ্যে নিজ সুবিধামত দিকে (মুখে) উপাসনা কর্ত্তব্য। সান্ধ্য-উপাসনায় সঙ্গীত, ব্রহ্মবিষয়ক তর্কবিহীন আলোচনা অথবা মনে মনে বা মৃদুস্বরে জপ করা উচিত।

প্রশস্ত প্রান্তরের পার্শ্বে, নদীতটে, সমুদ্রতীরে, পর্ব্বত পৃষ্ঠে অথবা ঐরূপ উন্মুক্ত স্থানে বৃক্ষরাজি ও পুষ্পবীথিকা সম্বলিত আশ্রমোচিত ক্ষেত্রে উপাসনায় সমধিক আনন্দ-লাভ হয়। দেহ মন প্রাণ সহজে যেখানে আনন্দ পায় সে স্থানে উপাসনার উদ্দেশ্য-সিদ্ধির সুবিধা হয়। অনুদার বিরুদ্ধ-মতাবলম্বী ব্যক্তি হইতে উপাসনাস্থান দূরে হওয়া উচিত।

উপাসনাস্থান মলমূত্র, নিষ্ঠীবনত্যাগের স্থান হইতে

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

দূরে অবস্থিত এবং সুপরিষ্কৃত সুঘ্রাণ ও প্রিয়দর্শন পুষ্পপল্লব-সজ্জিত, সুগন্ধ মৃদুধূমবাসিত— অর্থাৎ পারিপার্শ্বিক যথাসম্ভব মনোরম, ও পবিত্র হওয়া উচিত। উপাসনার আরম্ভ ব্রাহ্ম-মুহূর্ত্তের প্রারম্ভ সময় অতিক্রম না করে তজ্জন্য শৌচাদি এবং অপর যাহা-কিছু আয়োজন তৎপূর্ব্বে সমাধা করা কর্ত্তব্য। এই সময় নিঃসঙ্গ মৌন-উপাসনায় নিদ্রা আসিয়া যাহাতে বাধা জন্মাইতে না পারে তজ্জন্য কয়েক ব্যক্তির সমবেত উপাসনা ভাল এবং তাহাতে পরস্পরের ভাবময়-প্রভাবে সহায়তা ও ফল অধিক হয়। প্রত্যহ একস্থানে নির্দ্দিষ্ট-সময়ে কয়েকজন মিলিত হইলে প্রাত্যহিক উপাসনা বজায় থাকে। রোগাদি অনতিক্রম্য কারণে যদি কাহারও অনুপস্থিতি ঘটে তাহাতে সঙ্ঘের ক্ষতি হয় না। একদিনের জন্যও উপাসনা যাহাতে বন্ধ না যায় তাহা সর্ব্বতোভাবে লক্ষ্য রাখা উচিত। কোন কারণে একদিন যথাসময়ে উপাসনা না হইলে অর্থাৎ সন্ধ্যা-পতন হইলে, সর্ব্বনাশ হইয়া যাইবে,—এরূপ ভাব মনেরাখা কর্ত্তব্য। স্থানান্তরে গমন করিলে নির্দ্দিষ্ট-সময়ে সেস্থানে ভগবানের বিভূতি স্মরণ করিয়া দেহশিহরণে ভাবাশ্রু ক্ষরণ-পূর্ব্বক দৈনিক উপাসনা বজায় রাখা কর্ত্তব্য। উপাসনা ছাড়িলে মন প্রাণ আত্মা একান্ত নিঃস্ব হইয়া যায়। নিয়মিত উপাসকের মানসিক অবস্থা এমত উচ্চস্তরে থাকে যে স্বচ্ছল অবস্থাপন্ন গৃহস্থ উদ্বেগ অতিক্রমে সমর্থ, উৎকণ্ঠা-হীন রাজরাজেশ্বর-অবস্থা প্রাপ্ত হয় এবং দীনদরিদ্র

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

হইলে দৈন্যজনিত জ্বালায় অধিকতর আত্মনিবেদনে দীননাথ—কাঙ্গালের ঠাকুরের প্রিয় তদীয় শরণাগত বিভূতি-সম্পন্ন অর্থাৎ ভগবানে সম্পূর্ণ আত্মসমর্পণ-ঐশ্বর্য্যে মণ্ডিত থাকেন।

বিশেষ কোন অপরিহার্য্য কারণে একান্ত কোনদিন যদি অধিক রাত্রি জাগরণ হইয়া যায়— সেদিন বিশেষভাবে জেদ থাকিবে যে প্রত্যূষে বদন, চক্ষু, হস্তপদাদি প্রক্ষালন-পূর্ব্বক নির্দ্দিষ্ট-সময়ে উপাসনা করিবই এবং উপাসনার পরে দেহ যদি নিদ্রা চায়, তবে উপাসনান্তে কিছুক্ষণ ঘুমাইয়া লওয়া নিতান্ত দোষের নয়; তৎপরে স্নানাহার দেহ-মনের ইঙ্গিত অনুযায়ী সময়ে করিতে হয়। ব্রাহ্মমুহূর্ত্তে যদি কোনদিন উপাসনা না হয় তৎপরবর্ত্তী সময়ে উত্তরমুখে চক্ষু মুদিয়া উপাসনা করা যাইতে পারে।

অত্যন্ত জাগরণ-রত, অতি নিদ্রাতুর, একান্ত উপবাসী এবং অতিরিক্ত ভোজনশীল, প্রগল্‌ভ, বাচাল, ভান-মৌনাবলম্বী ব্যক্তির ভগবৎ-উপাসনায় প্রবৃত্তি হয় না; স্নানাহার, উপবাস বিহারাদি যাবতীয় দৈহিক–কর্ম্ম নির্দ্দিষ্ট-সময়ে এবং তিথি–বিচার করিয়া বিধি-অনুযায়ী করা উচিত; এ বিষয় জ্ঞাতব্য একটী শ্লোক জানিয়া রাখা ভাল— "শতং বিহায় ভোক্তব্যং, সহস্রং স্নানমাচরেৎ, লক্ষং পরোপকারায়, কোটিং ত্যক্ত্বা হরিং ভজেৎ।"— ভাবার্থ— শত কাজ ত্যাগ করিয়া ভোজন কর্ত্তব্য, সহস্র কাজ ফেলিয়া স্নান করিয়া লওয়া

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

উচিত, লক্ষ কর্ম্মের বিনিময়ে পরোপকার সাধন এবং কোটী কার্য্য উপেক্ষা করিয়া হরির ভজন করা কর্ত্তব্য!

"শরীরমাদ্যং খলু ধর্ম্মসাধনম্" স্বাস্থ্যই ধর্ম্মজীবন গঠনের প্রধান ভিত্তি।

ভোরে শয্যাত্যাগের পর হইতে প্রাতঃকালীন উপাসনার পূর্ব্ব পর্য্যন্ত একান্ত মৌন থাকা উচিত এবং উপাসনা-কালে স্তবস্তুতি, মন্ত্র ও তৎসংশ্লিষ্ট বাক্য উচ্চারণ, শ্রবণ ও মনন ব্যতীত অপর কোন বাক্য কথন অনুচিত। অপর ভাবাদি মনে উদিত হইলে তাহাও উপাসনাময় করিয়া লইবার অভ্যাস করিতে পারিলে তাহা বাধা না হইয়া সহায়ক হয়। অবসর এবং সাধনোন্নতির উৎকণ্ঠা থাকিলে সান্ধ্য-উপাসনা কর্ত্তব্য, তাহা মৌনাবলম্বনে বিধেয়; পরন্তু শ্রবণ, কীর্ত্তন, মননাদি দ্বারা উপাসনায় আনন্দানুভূতি হইতে থাকিলে— ক্রমে মৌন অবলম্বনে সাধনার অভ্যাস করিলে তাহা সহজ ও কার্য্যকরী হয়। ইহা রাত্রির প্রথম প্রহরের মধ্যে লোক-চক্ষুর অন্তরালে নিভৃতের সাধন— তবে নিজেকে সঙ্গ-বর্জিত অবস্থায় রূপান্তরিত করিবার অভ্যাস থাকিলে ধর্ম্মভাবোদ্দীপক-স্থানে আসন করিয়া সাধন করিলে ফল স্পষ্ট হয়, যদিও ইহা নিঃসঙ্গ একান্ত সাধনা, তথাপি ইহাতে সমধর্ম্মী উপাসকের সঙ্গ,—ক্ষতি না করিয়া অগ্রসর হইবার সহায় হয়। ইহা নয়ন-মুদিয়া— মৌন উপাসনা।

সমধিক মৌনাবলম্বন ভগবন্ময় হইবার এবং স্বাস্থ্যবান্

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

থাকিবার বিশেষ সহায়ক। এজন্য বাক্‌সংযম অভ্যাস করিতে হয়। অশ্লীল, অসত্য, পরনিন্দা, বাদানুবাদ, অনর্থক-কথন অর্থাৎ যে কথা না কহিলেও চলে অথবা যে কথা উত্থাপনে অনর্থক বাক্‌বিতণ্ডা সৃষ্টির সম্ভাবনা ঐ সমূহ সর্ব্বথা পরিত্যাজ্য। নিজে কোনবিষয় অবতারণা করিয়া অপরের সহিত মতদ্বৈধ হইলে আলোচনা স্থগিত করা উচিত। অপরে কিছু বলিলে তাহাতে মতদ্বৈধ অথবা জিজ্ঞাস্য থাকিলে— বক্তার প্রসঙ্গ-শেষে নম্র, জিজ্ঞাসু প্রশ্নে তদ্বিষয় জানিয়া লওয়া অথবা নিজ ব্যক্তব্য বিনীতভাবে প্রকাশ করা উচিত। তাহাতে বাদানুবাদের সম্ভাবনা থাকিলে মৌনাবলম্বনে শ্রবণ করিয়া তাহা হইতে সত্য উপলব্ধি করিবার চেষ্টা করা কর্ত্তব্য। যেস্থানে অনাবশ্যক প্রসঙ্গে সময় নষ্ট করা হয় সে স্থান ত্যাগ করা উচিত। সময় যে কালরূপী ব্রহ্ম ইহা সর্ব্বদা স্মরণ রাখিয়া কর্ম্ম ও প্রসঙ্গাদি আত্মস্থ অর্থাৎ অধ্যাত্ম-জগতে অধিষ্ঠিত হইয়া করিতে হয়। প্রতিদিন আত্মস্থ হইবার জন্য মৌনব্রতের সাধন। অপরের নিকট সাধন-অবস্থা প্রচার উদ্দেশ্যে ইহা অপ্রাকৃত গাম্ভীর্য্য না হয়, তজ্জন্য সম্পূর্ণ সরলতা অবলম্বন করা উচিত; তবে অপরে অনর্থক বিরক্তি উৎপাদন না করে সেজন্য যৎসামান্য জ্ঞাপন করিয়া রাখা দোষের নয়। প্রতিদিন অন্ততঃ এক দণ্ডকাল মৌনব্রতাচরণ একান্ত কর্ত্তব্য এবং প্রতি সপ্তাহে অন্ততঃ অহোরাত্র একটী দিন মৌন-সাধনের জন্য ধার্য্য করা উচিত।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

পঞ্চাশ বৎসর বয়ঃক্রম হইয়া গেলে ইহা একান্ত অপরিত্যাজ্য ব্রত। ইহার দ্বারা গৃহীর পূর্ণ-বানপ্রস্থ সাধন স্পষ্ট হয়। ইহাতে আয়ু, দেহবল, মনোবল, প্রাণ এবং আত্মার শক্তি যথেষ্ট বর্দ্ধিত হয়। একান্ত আবশ্যকমতে কাগজে লিখিয়া অথবা ইঙ্গিতে কার্য্য সম্পন্ন করা যায় কিন্তু এরূপ অভ্যাস ক্রমান্বয়ে ত্যাগ করা উচিত।

উপাসনার দ্বারা শ্রেষ্ঠ অবস্থা অর্থাৎ সমাধি, তুরীয় অথবা তন্ময়ত্ব লাভ হয় মৌন অবস্থায়; তাহা সাধনা-দ্বারা স্বভাব-সিদ্ধ হয়। মনে রাখিতে হইবে, মৌনব্রতাচরণ চিরবাক্‌রোধ নয়, ইহা বাক্‌সংযম। পাঠ, উচ্চারণ, সঙ্কীর্ত্তন, মননাদি সাধনায় ও সহজাতভাবে সাধক ক্রমান্বয়ে মৌন-অবস্থা প্রাপ্ত হন এবং ভাবরাজ্যে ক্রমশঃ অগ্রসর হইয়া আনন্দঘন মহা-মৌন অবস্থায় সিদ্ধিলাভ করেন। কীর্ত্তন বা সাধন-ভজনের শ্লোকাদি আবৃত্তি-দ্বারা মৌন-ভঙ্গ হয় না। বরং ইহাতে 'কাকীমুদ্রা সাধনে' সহজাত প্রাণায়াম হইয়া যায়। অহোরাত্রের অনেক অংশ জীব স্বভাবতঃ মৌন থাকিতে বাধ্য; উহাতে পরবর্ত্তী সময়ের জন্য শক্তি অর্জ্জিত হয় এবং ঐ সময়েও আত্মস্থ হইবার সঙ্কল্প থাকিলে তাহাতেও সাধনার সহায়তা হয়।

কোন বিষয়েই কৃচ্ছ্র সাধনার আবশ্যক হয় না পক্ষান্তরে শীলতা এবং সকল বিষয়ে সংযম একান্ত আবশ্যক। সংযম-পালনই মনুষ্যত্ব— যাহাকে কল্পনায় মানুষের দেবত্ব বলা যায়। সমস্ত ইন্দ্রিয়বৃত্তি সতেজ অবস্থায় শান্ত থাকিবে

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

তাহাই সংযম। মনের খামখেয়ালী ও দুর্ব্বলতায় ইন্দ্রিয়ের বশীভূত হইয়া পড়িতে হয়, এজন্য মনকে সবল এবং সংযত করিয়া ঈশত্বের সন্ধানে রত রাখিয়া মনের গতি ঐদিকে চালিত করিতে পারিলে তদনুযায়ী ইন্দ্রিয়-কার্য্যাদি ভগবান মিশিয়া তদ্দ্বারা ক্ষতি না হইয়া শুভ ফলপ্রদ হয়। ঐ অবস্থায় বাসনা কামনাদি হইতে বঞ্চিত হইলে, উহা যে হিতার্থে, তাহা স্পষ্ট অনুভূত হয়। বিশ্বে যাহার অস্তিত্ব আছে তাহার থাকিবার আবশ্যকতা আছে এবং তদ্দ্বারা মঙ্গল হইবে বলিয়াই তাহার অস্তিত্ব, কারণ সবই যে ভগবান এবং ভগবান মঙ্গলময়। তবে প্রয়োগের ভুলে অমৃতও বিষের কাজ করে, তথা উচিত-মত প্রয়োগে বিষ স্থলবিশেষে অমৃতের ফল দিয়া থাকে, কারণ সবই যে ব্রহ্মাংশ এবং এই অংশও স্বতন্ত্র অবস্থায় পূর্ণ। তজ্জন্য প্রতি অংশই যে ভগবান তাহা মনে ছাপ ধরাইতে পারিলে তাহার ফল যথেষ্ট ভাল হয়। ইহাও ব্রহ্মময় হইবার অন্যতম শ্রেষ্ঠ উপায়।

সাধকের সাধনা ও উৎকণ্ঠা অনুযায়ী উপাসনার ফল অধিক বা অল্প হয়; তাহা প্রতিদিনের উপাসনায় বুঝিতে পারা যায়—তাহার যাচাই নিজ দেহ মন প্রাণ বিচার করিয়া দেয়। মন অবলম্বনে ভগবদ্ভাবাবেশে দেহে যত অধিক পরিমাণ পুলক-শিহরণ হইবে তাহার ফলে যত অধিক সময় দেহ রোমাঞ্চ থাকিয়া নয়নাশ্রু বিগলিত হইতে থাকিবে, বুঝিতে হইবে—উপাসনার ফল সেমত অল্প বা অধিক হইতেছে;

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

এই অবস্থা যিনি যত অধিকক্ষণ স্থায়ী করিতে পারেন তিনিই সমাধিস্থ হইবার তত সন্নিকটবর্ত্তী হন। ঐ অবস্থার আধিক্যেই সমাধি-আনন্দ অবস্থা অর্থাৎ স্থায়ী ভগবন্ময় অবস্থা অর্থাৎ উপাসনার পন্থায় পরম-সিদ্ধি-লাভ হয়।

মনঃ সংযোগ

জলের স্বভাব যেমন তারল্য এবং গুণের দিক দিয়া শৈত্য ; অগ্নির যেমন উত্তাপ ও দাহিকা শক্তি সেরূপ মনের স্বভাব ধ্যান-ধারণার শক্তি ও চঞ্চলতা। ধ্যান ধারণায় মনকে স্থির করিতে হইলে তাহাতে ভগবান মিশাইয়া ভগবান করিয়া লইতে হয় ; তাহার উপায়— নাম জপ অর্থাৎ পরমেশ্বরের বিভিন্ন বিভূতি-প্রকাশক শব্দ বা নাম, মনের চিরবিক্ষিপ্ত অবস্থার অনুকূলে অর্থাৎ মনকে বিক্ষিপ্ত হইতে দিয়া একের পর আর একটী নাম অর্থাৎ বিভূতি মনে বিক্ষিপ্ত করাইয়া তাহার ভাবার্থ মনে মিশাইয়া জপ অবলম্বনে অগ্রসর হইতে হয়।

মনে মনে জপ অপেক্ষা বাদ্য ও সুরসংযোগে উচ্চৈঃস্বরে জপ করা ভাল ; তাহাতে বাহিরের শব্দ উপাসকের কর্ণকুহরে প্রবেশ করিয়া বিরক্তি উৎপাদন করিতে পারে না অথবা বাহিরের অপর কোনদিকে মন যাইতে পারে না তজ্জন্য উপাসনার সুবিধা হয়। উপাসনার স্তোত্র, ছন্দ ও সঙ্গীতাদি সুর-বাদ্যসংযোগে মাধুরীময় হইয়া ভাব-উচ্ছ্বাসের সহায়তা

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

করে। ভাবময় হইয়া শ্রবণেও অনুরূপ ফল লাভ হয়; শ্রোতৃমণ্ডলী সুর-সংযুক্ত ছন্দাদি মনঃসংযোগে শ্রবণে যথেষ্ট প্রভাবান্বিত হন। ভাবোচ্ছ্বাসে বিনিঃসৃত ব্যক্তবিষয়সমূহ প্রয়োজক উপাসকের নিজ কর্ণকুহরে প্রবিষ্ট হইয়া তদীয় মন-প্রাণে ক্রিয়াশীল হয়। নিজ মাতৃভাষায় উপাসনাই ভাল। তবে সংস্কৃত ভাষা দ্বারা ভগবানের বিভূতি—প্রকাশক যে সকল নাম আছে উহা মাত্র শব্দযোজনা নয়, উহা স্বরের অভি-ব্যঞ্জনায় ভাবের দ্যোতনায় ভরা। এজন্য স্বর ও ধ্বনি সংযোগে উচ্চারণে উহার গভীরতম ভাব উপলব্ধি হইতে থাকে; পরন্তু ভগবানের নামের ভাবার্থ লক্ষ্য করিয়া নিজ নিজ ভাষায় আবৃত্তি, সঙ্গীত বা কীর্ত্তনে সাধনায় ফললাভ সহজ হয়।

বাধাও ভগবান

উপাসনাকালে নিকটে কোন তৈজসাদি পতন অথবা অপর কোন কঠোর শব্দ বা বিচলিত করিবার মত তুচ্ছ ঘটনা-সমূহ অনেকসময় সাধনভ্রষ্ট হইবার পরীক্ষারূপে উপস্থিত হয়— সেরূপ অবস্থায় উহা যে ভগবানের পরীক্ষা এবং তিনি আসিবার পূর্ব্বে তিনিই তাঁহার আগমনের আভাস দিতেছেন ভাবিয়া অধিকতর যত্নে সাধনপথে অগ্রসর হইতে হয়। শবসাধনে শবে সাময়িক যৌগিক-প্রাণসঞ্চারে বীর-সাধক ভয় না পাইয়া যেমন ইষ্ট-আগমনের পূর্ব্বাভাস বোধ করেন;

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

সেরূপ সাধনপথে বিঘ্ন আসিলে অধিকতর করুণ প্রার্থনায় ইষ্টলাভের ইচ্ছা রাখিতে হয়।

পরোক্ষ উপায়

মনঃসংযোগের অপর উপায়,— মন যখন সহজভাবে যেদিকে বিক্ষিপ্ত হয়— তখন সেদিকে অর্থাৎ তাহাই ভগবান— অর্থাৎ ভগবান তুমিই এইরূপে আসিয়াছ ভাবিতে পারিলে— মনের বিক্ষিপ্ত অবস্থা সত্ত্বেও মন যাহা ভাবিবে তাহাই ভগবান— এই সত্য অবলম্বনে— মন স্থির না হইলেও উদ্দেশ্য-সিদ্ধি হয়। মন যখন যাহা ভাবিবে— বিশেষতঃ উপাসনা-কালে— তখন তাহাই ভগবান ভাবিতে ভাবিতে মন এমন অবস্থায় পৌঁছায় যে সবেতেই ভগবানের সত্তা উপলব্ধি হইতে থাকে। মনকে স্থির করিতে পারা যায় কি না সে'বিষয় লইয়া অনর্থক চিন্তা অথবা অপর চেষ্টা করা অপেক্ষা সমস্ত জীবে, পদার্থে, ভাবে, অবস্থায় ভগবান উপলব্ধি হইতে থাকিলে মনের সেই যে অবস্থা হয় তাহাকেও পরোক্ষভাবে মনের স্থৈর্য্য বলা যাইতে পারে এবং এইভাবের সাধনায় যে উপায় অবলম্বিত হয় তাহাও একান্ত সত্য এবং ব্রহ্মময় হইবার পন্থা। সবই যে ভগবান, সবই যে ভগবানের বিভূতি বা মহিমা। সবই তাঁহা হইতে উদ্ভূত, তাঁহাতেই স্থিত ও লয়প্রাপ্ত ; অপরপক্ষে

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

তিনি যাহাতে নাই, তাহা হইতে বা থাকিতে পারেনা। সাধকের নিকট সবই যখন ভগবান অনুভূত হয় তখন মন এক হইতে অপরে বিক্ষিপ্ত হইলেও, ভগবান হইতে ভগবান অবলম্বনে ভগবানেই যখন বিক্ষিপ্ত হইল তখন তাহা ভগবানেই রহিয়া গেল। তিনিই সমস্তে যুগপৎ সৃষ্টি-স্থিতি-লয় অবস্থায় চিরবিদ্যমান। বিশ্বের যাহা-কিছু সমস্তই ঐ অবস্থার অন্তর্গত এবং প্রভাবে প্রভাবান্বিত; উহা ছাড়া কিছু নাই এবং কিছুই হইতে পারে না, এবং উহা কাহারও অধীন নয়, অথচ যাহা-কিছু সবই ইহার অন্তর্গত। এই মহাসত্য ধারণায় চঞ্চল মন পরোক্ষভাবে একেই প্রতিষ্ঠিত হয়।

ব্রহ্ম-বিশ্লেষণ

বস্তুতন্ত্রের ব্যাপারে যেমন কয়েক দ্রব্যের সংমিশ্রণে কোন বিশেষ দ্রব্য প্রস্তুত হয়, অথবা কোন যন্ত্রের সাহায্যে কোন দ্রব্য হইতে রূপান্তরিত কোন দ্রব্য উৎপন্ন হয় এবং তাহা বিশ্লেষণের ফলে কোন্ কোন্ দ্রব্য-সংযোগে অথবা কি উপায়ে উহা পরিণত হইয়াছে তাহার যেমন প্রমাণ পাওয়া যায়; তেমন স্থূলতঃ ধারণা হইয়া আছে যে, সৃষ্টি-স্থিতি-লয় এই তিনের মিলন-ফলেই ব্রহ্ম। বস্তুতঃ বিশ্বের যাবতীয় দৃষ্ট বস্তু, অদৃষ্ট গুণ, কর্ম্ম, ভাব ইত্যাদি 'সর্ব্বং' অর্থাৎ গায়ত্রীর ত্রি অথবা সপ্ত ব্যাহৃতি দ্বারা যাহা সংক্ষিপ্তভাবে ব্যক্ত করিবার

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

প্রচেষ্টা করা হইয়াছে, ঐ সমস্তের একাত্মক ব্রহ্ম, যাহা সূক্ষ্ম লক্ষ্যে এক ভগবান, ব্রহ্ম তিনিই— বহু হইয়া লীলায়িত হইতেছেন; সবই তাঁহা হইতে উদ্ভূত হইয়া, তাঁহাতেই থাকিয়া, তাঁহাতেই লয় হইতেছে, এই যে একে উদ্ভূত হওয়া, থাকা, মিশিয়া যাওয়া— এই যে চিরলীলা ইহাই ব্রহ্মলীলা; ব্রহ্ম অর্থে ঐ সৃষ্টি-স্থিতি-লয় তিনের সমষ্টি— ইহা মূলতঃ এক, কিন্তু তদবস্থা ধারণা করা মানবের জড় মনের অতীত বলিয়া সহজবোধ্য হইবার জন্য সৃষ্টি স্থিতি লয় এই তিন প্রকার ভেদ বিশ্লেষণে ঐগুলির সংক্ষিপ্ত তিন অক্ষর অ—উ—ম সংযোগে অনুনাসিক দীর্ঘ 'ও' শব্দে প্রণব— নাদব্রহ্ম ওঁ বলা হয়, কিন্তু বর্ণযোজনার দিক দিয়া তাহা যে, অংশের মিলন-ফলে পূর্ণ ইহা স্পষ্ট হইয়া পড়ে। উক্ত তিনের মিলনে উহা পূর্ণ বুঝিলে তাহা ভ্রমাত্মক হয়, কারণ, ইহা স্বয়ং-পূর্ণ। প্রত্যেক অক্ষর বা বাক্যেরও সৃষ্টি-স্থিতি ও লয় অর্থাৎ আরম্ভ, গতি ও শেষ আছে—কিন্তু যেহেতু অ, উ এবং ম অক্ষরের অর্থ— সৃষ্টি, স্থিতি, লয় সেজন্য উক্ত অক্ষর সমষ্টির অর্থ, ভাব এবং উচ্চারণ ওঁ শব্দ ব্রহ্মজ্ঞাপক বুঝিলে ভুল হয়; যেহেতু ওঁ শব্দ, অক্ষর বা বর্ণাতীত স্বয়ং-পূর্ণ এবং যাহা নীরবতারূপে চিরবিদ্যমান ও সৃষ্টি-স্থিতি-লয়ের অতীত। নিকট-বিশ্লেষণে সর্ব্বপ্রথম সৃষ্টি-স্থিতি-লয় এই অভিন্ন তিনের পৃথক্ ধারণা জন্য, খণ্ডের মিলনে পূর্ণ মনে হয়। তৎপরে সপ্তব্যাহৃতি এবং ঐ সপ্তবিভাগের অনুবিশ্লেষণে

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

অর্থাৎ বিশ্বের যাহাকিছু ঐ সপ্তলোকের অন্তর্গত বোধে—ক্রমান্বয়ে বিশ্বে প্রকাশমান ও অপ্রকাশ অনন্তসংখ্যক যাহা-কিছু সবই তদীয় অংশ, তাহা ধারণা হয়। বস্তুতঃ ঐ সমষ্টি-রূপে বিকাশই পূর্ণ ব্রহ্মের লীলা।

এই লীলার উদ্দেশ্য যে কি তাহা চিন্তা করিলে অনুভূত হয় যে ইহার উদ্দেশ্য,—ইহাই, অর্থাৎ এই যাহা ছিল, আছে, থাকিবে ; হইয়াছে, হইতেছে, হইবে অর্থাৎ অতীত, বর্ত্তমান, ভবিষ্যৎ—, ইহাই। এই তিন অবস্থাও অভিন্ন বা যুগপৎ অর্থাৎ ধারণার অতীত ব্রহ্ম! কার্য্য, কারণ, কার্য্যফল, ক্রিয়া, যাহার ক্রিয়া, যদ্দ্বারা ক্রিয়া, যেজন্য ক্রিয়া, যাহা অবলম্বনে ক্রিয়া ইত্যাদি সবই ব্রহ্ম ; সমস্তের সমষ্টিই অখণ্ড-ব্রহ্ম। ব্রহ্ম ছাড়া কিছু নাই, ছিল না, হইতে পারে না। তেমনই যাহা ছিল, আছে, থাকিবে এবং হইয়া যাইতেছে, হইতেছে, হইবে সবই ব্রহ্ম। নির্ব্বিকার মহাশূন্যে, কার্য্যকারণ গতিসম্বলিত বিকারগ্রস্ত বিশ্ব, স্থিত। শূন্যবাদমতে ইহাও সত্য যে—কিছুই ছিল না, কিছুই নাই এবং কিছুই হইবে না। ব্রহ্মই অরূপে তথা বিকারী নানারূপে ও অবস্থাভেদে চিরবিদ্যমান মহাশূন্য ; যাহা শূন্যে উদ্ভূত, স্থিত ও লয়প্রাপ্ত— ঐ সব কিছু লইয়া যে একত্ব, ঐ একত্বে বা শূন্যত্বে চিরবিদ্যমানতাই ভাষার অতীত ব্রহ্ম। ইহাই ব্রহ্ম, ইহার লীলাও ব্রহ্ম এবং যে ভূত বা জড় অবলম্বনে লীলা তাহাও ব্রহ্ম।

জড় ছাড়া কেবলমাত্র চৈতন্যদ্বারা, প্রকৃতি ছাড়া পুরুষের

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

দ্বারা, স্থূল ছাড়া শূন্য দ্বারা লীলা সম্ভব হয় না। মাত্র কল্পনায় জড়বিহীন চৈতন্য—অবস্থাবিশেষকে কেহ কেহ পরব্রহ্ম আখ্যা দিয়া থাকেন— ইহা কবি-কল্পনা বা আকাশ-কুসুমের নামান্তর। ব্রহ্ম অর্থেই জড়-সম্পর্কিত চৈতন্য— তবেই তাহাতেই লীলা হইতেছে— এ লীলা চিরলীলা— ইহার আদি, মধ্য, অন্ত নাই। ব্রহ্মও শাশ্বত, ব্রহ্মের লীলাও শাশ্বত! ইহাও জড় অবস্থার অনুভূতি। পরম চৈতন্য অবস্থায় ধারণাতীত মহাশূন্য মাত্র!

মুক্তি

মানুষ মুক্তিকামী। মুক্ত অবস্থা লাভ হয়—মানুষ যখন সাধনা দ্বারা অনুভব করিতে থাকে ব্রহ্ম এক ও শাশ্বত এবং আমিও ঐ একের অন্তর্গত শাশ্বত অর্থাৎ শাশ্বত জন্ম-জীবন-মৃত্যু অবলম্বনে—'আমি' যে ব্রহ্মাংশ—সেই ব্রহ্মাংশেরও লীলা ঐ সৃষ্টি-স্থিতি-লয় অবলম্বনে চিরন্তন। ইহাই সাধনাদ্বারা বিরাটরূপে দর্শনে আমিই বিশ্ব, আমিই ব্রহ্ম হইয়া যায়।

মহাকাল অর্থাৎ কালরূপী ব্রহ্মের বর্ত্তমানকে আনন্দময় করিতে পারিলেই সহজ মুক্ত অবস্থা বোধ হয়। মহাকাল ব্রহ্মকে মানুষ যে অতীত—বর্ত্তমান—ভবিষ্যৎ এই তিনভাগে ভাগ করে তাহার মধ্যে বর্ত্তমানের কেহ কি কখনও সন্ধান করিয়াছে? উহার সন্ধান করিলে অতীত এবং

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ভবিষ্যতেরও বর্ত্তমানের অবস্থা ঘটিয়া পড়ে— ঐ যে আছে আছে—নাই নাই, জানি জানি—জানি না, ঐ যে রহস্য—উহাই ব্রহ্মের রূপ— উহাই সৃষ্টি-স্থিতি-লয়ের যুগপৎ অবস্থা; ঐ ব্যাপারকে বুঝিতে যাইয়া, মূর্ত্তি-কল্পনা করিয়া— ব্রহ্মা, বিষ্ণু, মহেশ্বর রূপ দিয়া তিনের এক-কেও পাই না—, পাইতে পারা যায় না—কিন্তু তিনের মিলনের একত্ব, যাহাকে চির-স্থির ধীর নিশ্চল বলা হয়, লীলা সহিত ব্রহ্মের অস্তিত্বের ভিতর দিয়া ঐ চিরস্থিরতার—, চঞ্চলতা অবলম্বনে স্থিরতার—, তিনি চঞ্চলও বটেন, স্থিরও বটেন; আবার স্থিরও নন, চঞ্চলও নন— এই যে চঞ্চল ও স্থিরের অতীত-অবস্থা, ইহাই ব্রহ্ম। তিনি অসীম বটেন, সসীম বটেন, অসীম-সসীমের অতীতও বটেন। মনুষ্যের জড়-মনের শক্তিতে, ও ভাষায় বা ভাবে ব্রহ্মকে আয়ত্ত করিয়া ফেলিবে, অবাঙ্মনসোগোচরকে ভাষায় বা সাধারণ জ্ঞানে আয়ত্ত করিয়া ফেলিবে, ব্রহ্ম সেরূপ সুলভ নয়। যিনি সুলভের সুলভ, মহার্ঘ্যের মহার্ঘ্য সেই ব্রহ্মকে সেই ভাবে দেখিতে হয়— বুঝিতে হয়— উপলব্ধি করিতে হয়— তাঁহার সহিত মিশিতে হয়। তাঁহা হইতে উদ্ভূত হইয়া তাঁহাতেই অবস্থান করিয়া আবার তাঁহাতেই মিশিবার কথা, যেমন রহস্যময়— ব্রহ্মের যাবতীয় লীলা বা ব্যাপারই ঐরূপ রহস্যাবৃত—,ঐ রহস্যও ব্রহ্মেরই রূপ! হে সাধক—, নিরাকার, রূপময়, রূপাতীত ভগবানের কি কাল্পনিক রূপ হয়? রূপ দিতে যাইলেই জটিল হইয়া পড়ে!

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

একটা হেঁয়ালির কথা আছে— শাস্ত্রাদি প'ড়ে মানুষ প'ড়ে যায়—অর্থাৎ উঠতে পারে না। পড়াকার্য্য—ওঠা নয়। 'যে মাটীতে পড়ে লোক ওঠে তাই ধ'রে'— ইহা ঠেকে শেখা, দেখে শেখা নয়। প'ড়ে তাহা যে ওঠা নয়—এ শেখার চেয়ে, না প'ড়ে উঠতে থাকা—চলাফেরা করা, জীবনের লক্ষণ নয় কি? লীলা-মাধুরীর অন্তর্নিহিত ভাববস্তুর সহিত মিলনে ভগবন্ময় অবস্থাই মুক্তি!

"সবার সনে যুক্ত হ'য়ে প্রেমের পাকে বেদম ঘোরা" অথবা "বৈরাগ্যসাধনে মুক্তি এ আমার নয়" এই সব, মুক্তির মূর্ত্ত রূপ। সাধকের সাধনালব্ধ ভাবপ্রকাশে, মুক্তি সম্বন্ধে সাধারণ ধারণাতীত অবস্থা লক্ষ্যে পড়ে! চাই মুক্তি অথচ হ'তে হ'বে যুক্ত— এই যে রহস্য— না-মুক্তি, না-যুক্ত, অথচ মুক্ত অথচ যুক্ত ইহাই যে ভগবানের রূপ। যেদিক হইতে তাঁহাকে দেখিতে যাই না কেন— অঙ্ক যেকোন উপায় অবলম্বনে কষা হউক না কেন— তাহার উত্তর মিলিলে— যেমন ঐ উপায়কে ধর্ত্তব্যরূপে গণ্য করা হয় তেমনই যেকোন উপায়ে মুক্তি বা ভগবান সম্বন্ধে ধারণা জন্মায় তাহাই উপায়। সাক্ষ্য জবানবন্দিতে যদি 'হাঁ বল্লেও জিৎ— না বল্লেও জিৎ' হয় সে অবস্থায়, কে কি বলে না বলে, লক্ষ্য রাখিবার যেমন আবশ্যক হয় না, তেমনই— যখন উদ্দেশ্যসিদ্ধিতে বাধিবে না, তখন যে উপায়েই হউক ইষ্টে লক্ষ্য রাখিয়া, গতি থাকিলেই জয় সুনিশ্চিত। ইহা রহস্যাবৃত মনে হইলেও সাধনা থাকিলে খুবই সহজ বোধ

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

হয়। ঐ লক্ষ্যে পৌঁছানই মুক্ত অবস্থা বা ব্রাহ্মীস্থিতি—, জড় দেহ-মন-প্রাণ অবলম্বনে মুক্তি!

একটা কথা আছে—"সাধনা না ক'রলে শাস্ত্রের মানে বুঝতে পারা যায় না"—কিন্তু সাধনা করিলে শাস্ত্র-পাঠের আবশ্যক হয় না। তবে শাস্ত্রাদি পাঠে তাহার ভাবার্থবোধে সাধক যখন নিজ ভাববস্তুর সহিত মিল পান তাহাতে অবশ্য সাধকের মনে আনন্দই হয়—যে তাঁহার চিন্তার সহিত পূর্ব্ব ঋষিগণের চিন্তার মিল রহিয়াছে, কিন্তু ভগবৎ প্রেরণা-লব্ধ শাস্ত্র না হইলে,—কারণ, শাস্ত্র নামে নিম্নস্তরের সাধকের প্রথমাবস্থার খামখেয়ালগুলি যাহা শাস্ত্ররূপে প্রচলিত হয় তাহা পাঠে বিপদের আশঙ্কা আছে, তেমনই নিম্নস্তরের সাধক উচ্চ সাধকের ভাববস্তুর সান্নিধ্য না পাইয়া—কদর্থ করিলে অর্থাৎ সঠিক ব্যাখ্যা করিতে না পারিলে বিপরীত বুঝিয়া বসেন। পৃথক্‌পন্থী সাধকগণের সাধনপথে উভয়ের ভাববস্তুর সহিত অমিল পরিদৃষ্ট হইলে তাঁহাদিগের মনও সন্দেহযুক্ত হওয়া অস্বাভাবিক নয়, কিন্তু ক্রমে অগ্রসর হইতে থাকিয়া পরমতসহিষ্ণুতা এবং অনুসন্ধিৎসার ফলে ঐ বিষয়ের সামঞ্জস্য খুঁজিয়া পাওয়া যায়; পরন্তু সিদ্ধসাধকগণ এরূপ ব্যাপারে বিচলিত হন না, কারণ তাঁহারা নিজ নিজ সাধন-লব্ধ সত্যে প্রতিষ্ঠা লাভ করিয়াছেন এবং তাঁহাদিগেরই শাস্ত্রগ্রন্থাদি পাঠের আবশ্যক হয় না; তবে বিশ্বলীলা লক্ষ্য দ্বারা এবং অপরের সহিত ভাব-বিনিময়ে নব অনুভূতিতে

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

অধিকতর আনন্দময় হইতে হয় এবং এসকলও অভ্যাস-যোগের অন্তর্গত, যে যোগ চির-অবলম্বনীয়! সিদ্ধ-সাধকেরও নিয়মিত সাধনা আবশ্যক, তাহা না হইলে প্রকৃতিগত পারিপার্শ্বিকের প্রভাবে ভ্রষ্ট হইতে হয়। ঋষি, মুনি, সাধক যিনিই হউন, তিনিও মানুষ—, মানুষ ভগবানত্বের সন্ধান পাইলেও—ভগবান অবস্থা লাভ করিলেও—তাহা বজায় রাখিতে চির-সাধনা আবশ্যক। সিদ্ধ-সাধকও সাধন-পথের চির-পরীক্ষার্থী—এবং প্রতি পরীক্ষায় উত্তীর্ণ হইয়া অধিকতর উচ্চ অবস্থা প্রাপ্ত হন।

মানুষ নিজেকে নিষ্কলুষ এবং বুদ্ধিমান মনে করিয়া থাকে; এ বিষয় লইয়া তর্ক করা চলে না, কারণ প্রত্যেকেরই কোন না কোন এমন কিছু বিশেষত্ব আছে, যাহা সময়ে প্রমাণিত হয়। কিন্তু নিজেকে বুদ্ধিমান ভাবিবার আর একটী দিক আছে,—যেহেতু ব্রহ্ম নিষ্কলুষ এবং প্রত্যেকেই ব্রহ্মাংশ, সেজন্য মানুষ নিজেকে নিষ্কলুষ এবং বুদ্ধিমান মনে করে। বিশ্বলীলার উপকরণরূপে প্রত্যেকেরই আবশ্যকতা আছে; তজ্জন্যই মনে ঐরূপ ছাপ থাকে। ঐরূপ প্রত্যেকেরই এমন কিছু দুর্ব্বলতাও আছে, যাহা কাহারও বা প্রকাশ পায় এবং কাহারও বা প্রচ্ছন্ন থাকে। মানুষ দোষ গুণের সমষ্টি। যিনি দোষ-ভাগ যতখানি জয় বা অতিক্রম করিয়া নিজ শক্তি ও মতানুযায়ী গুণাধিক্য-বর্দ্ধন সাধনায় জীবন-গতি পরিচালিত করিতে পারেন, তিনি ততই আনন্দের অধিকারী হন। দোষ-

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

গুণের অথবা পাপ-পুণ্যের অতীত অবস্থায় পরমানন্দে প্রতিষ্ঠিত হইতে হইলে, তাহা আয়ত্ত করিতে, উপাসনাই তাহার উপায়।

মানবজগতে যে কোন ধর্ম্মমত প্রচলিত আছে, সকল ধর্ম্মেই কোন না কোন উপায়ে উপাসনার বিধি আছে। অথচ প্রত্যেক ধর্ম্মাবলম্বীর মধ্যেই উপাসনায় নিশ্চেষ্ট ব্যক্তির সংখ্যাও অল্প নয়। মানুষ নিজেকে চতুর ভাবিলেও অনেক সময়— বিশেষ কাজের ব্যাপারে অনেকেই অচতুর হইয়া কালক্ষেপ করিয়া থাকে। সকলদেশে মানব-সাধারণের মধ্যে ধর্ম্মের একটা বিশিষ্ট স্থান আছে এবং উহার শ্রেষ্ঠত্ব স্বীকৃত হইয়াছে, কিন্তু তন্মধ্যে যাঁহাদিগের ধারণা যে ধর্ম্মের বিষয় মানসিক দুর্ব্বলতা ছাড়া অপর কিছুই নয়; তাঁহারা যখন জগতে অনেক কাজই করিয়া থাকেন তখন এ বিষয়ে কিছু আছে অথবা নাই অন্ততঃ কৌতূহল-প্রযুক্ত হইয়া লক্ষ্য করিলে বা সংযুক্ত হইলে ইহার মধ্যে কি আছে, না আছে, তাঁহারা বুঝিতে পারেন। ঐশ্রেণীর মানবগণের বুদ্ধিবৃত্তি সাধারণ ব্যক্তি অপেক্ষা বহুল পরিমাণে অধিক এবং সেজন্য তাঁহারা যদি নিজেরাই নিজমতবাদ-অনুযায়ী অথবা যে-কোন পন্থায় এ বিষয় লক্ষ্য করিতে থাকেন, তন্মধ্যে বহু ব্যক্তি উচ্চ-সাধক ও মহামুনি হইয়া এ বিষয় নব নব পথের আবিষ্কার করিয়া মানবজগতের প্রভূত কল্যাণ সাধন করিতে পারেন। যদিও যেকোন এক মতাবলম্বী মানবের সংখ্যা নিতান্ত

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

অল্প নয় বলিয়া মনে হয়, তথাপি ঐসমূহ ব্যক্তিগণের মধ্যে অতি অল্পসংখ্যক ব্যক্তিই তৎ-তৎ মতের সত্য-ভাবগ্রাহী। সূক্ষ্মদৃষ্টিতে লক্ষ্য হয়— সকলেই অপরের মত ভাঙ্গিয়া গড়িয়া নিজমতানুযায়ী অগ্রসর হইয়া থাকেন। যাঁহারা স্পষ্ট নিজমতবাদের উপর নির্ভর-শীল তাঁহাদের মিথ্যা আত্মম্ভরিতা ত্যাগ করিয়া অনন্যচিত্তে সেই পথে অগ্রসর হওয়াই প্রশস্ত। কিন্তু যাঁহাদিগের এ বিষয়ে সামান্য পরিমাণেও ধারণা, শ্রদ্ধা অথবা ইচ্ছা আছে, তাঁহাদিগের নিশ্চেষ্টতার কথা স্মরণ হইলে ক্ষুব্ধ হইতে হয়। বস্তুতঃ তাঁহারাই নাস্তিক— যাঁহারা ঈশ্বর বা ধর্ম্ম সম্বন্ধে ধারণা থাকা সত্ত্বেও নিশ্চেষ্ট। আলস্যই পাপ— কর্ম্মই ধর্ম্ম। নৈষ্কর্ম্ম্য যদি শাস্ত্রানুযায়ী শ্রেষ্ঠ হয়, তাহা কর্ম্মের পরের অবস্থা; তখন বাহিরের দৈহিক স্থূল কর্ম্ম বাদ পড়িয়া যাইলেও প্রাণ এবং মনোজগতের কর্ম্ম বিদ্যমান থাকিতে বাধ্য। প্রত্যেক মানুষকেই অনিচ্ছাসত্ত্বেও অনেক-কিছু করিতে বা মানিয়া চলিতে হয়। তখন এ বিষয়টীতেই বা কেন একান্ত নিশ্চেষ্টতা? ইহা স্থূলতঃ যদি অনর্থক বোধ হয়, তথাপি ক্রীড়াচ্ছলে অথবা একটী তুচ্ছ বিষয়ের অভিজ্ঞতা-অর্জ্জনভাবেও যদি লক্ষ্য করা হয়, তাহাতেই বা ক্ষতি কি? ক্ষতি হইতে পারে মনে হইলে, সদাজাগ্রত অবস্থায় এ বিষয়ের তথ্যানুসন্ধানে বীরত্বের সাধনায় তাহা উদ্‌ঘাটিত

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

হইলে মানবজগতের কল্যাণের জন্য নিষেধ করিতেও পারা যাইবে। মিত্রভাবে না লইয়া শত্রুভাবে লইলেও ক্ষতি নাই। নিজচেষ্টায় নিজ আবিষ্কৃত পথে, অথবা ঋষি, মুনি, খ্রীষ্ট, বুদ্ধ, মহম্মদ ইত্যাদি মানবের পূর্ব্ব-পিতৃগণ-প্রচারিত এক, অনেক, শূন্য, অস্তিত্বযুক্ত, সূক্ষ্ম, স্থূল, সাকার, নিরাকার, লিঙ্গাতীত অথবা পুরুষ-প্রকৃতি, জড়-চৈতন্য ইত্যাদি, পন্থায় যেভাবে হউক অগ্রসর হওয়া দোষের নয়; এমন কি বিপরীত পথও পথ, কারণ—"উল্টা রাম নাম জপৎ জগ্ জানা, বাল্মীকি হোয় ব্রহ্ম-সমানা"। সরল, বক্র, বিপরীত যেকোন পথ অবলম্বন করিতে পারিলেই ফল লাভ হয়। কিন্তু প্রত্যেক পন্থাতেই গতি ও উৎকণ্ঠা আবশ্যক এবং সূক্ষ্ম-দর্শন না থাকিলে তৃপ্তি পাওয়া যায় না। তাহার উপর এ ব্যাপার লইয়াও ব্যবসায়ের প্রচলন আছে; এমন কি রাজ-নৈতিক ব্যাপারের সুবিধা করিয়া লইবার প্রচেষ্টা বিশেষ-ভাবে প্রবর্ত্তিত হইয়া পড়িয়াছে, এজন্য ঐসকলের অতীতে পৌঁছিয়া ধর্ম্মের জন্যই ধর্ম্মসাধনায় যাহাতে সংযুক্ত হইতে পারা যায় তদ্বিষয়ে লক্ষ্য রাখিলে এ বিষয়ের নিগূঢ় অনুভূতি-লাভ সহজ হয়। উচ্চ-নীচ, গুরু-শিষ্য, রাজা-প্রজা, খাদ্য-খাদক, ক্রেতা-বিক্রেতার স্তরে ধর্ম্মের লেন দেন হয় না; এমন কি দান প্রতিগ্রহ, দয়া নির্দ্দয়তা, পাণ্ডিত্য মূর্খতা, পাপ পুণ্য ইত্যাদি স্তরের অতীত না হইলে ধর্ম্মের আসল দিক অর্থাৎ ব্রহ্মজ্ঞান লাভ হয় না। তথাচ যাহা হয় কিছু লইয়া আরম্ভ

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

করা ভাল। আল্লা, গড্, ভগবান, ব্রহ্ম, সূর্য্য, অগ্নি, জল, মাটী, সাকার, নিরাকার, শূন্য, স্থূল, গাছ, পাথর, প্রতিমা যাহা হয় একটা কিছু মানিয়া অগ্রসর হইতে থাকিলে—গতি থাকিলেই সত্যে পৌঁছান যায় ; কারণ সবই যে ব্রহ্ম বা তিনি অথবা আমি, যে ভাবেই যিনি বলুন। সবেতেই কিন্তু ধ্যান ধারণা প্রয়োজন— নেহাৎ ফাঁকি-দিয়া সস্তায় সারিতে গেলে নিকৃষ্ট পণ্য-সংগ্রহের অবস্থা হয়। অনেকে দিনান্তে একবার ডাকিয়া কর্ত্তব্য-সাধন হইল ভাবিয়া জীবন অতিবাহিত করেন, কিন্তু যেকর্ম্ম একান্ত ধর্ত্তব্য এবং যাহা জন্মজীবনের উদ্দেশ্যসাধনের একমাত্র উপায় তাহা তাচ্ছিল্যে অথবা নামে-মাত্র সম্পাদনে, সফলতা লাভ করা যায় না। অপরাপর পন্থা অপেক্ষা ধ্যান ধারণা সাহায্যে নিরাকার ব্রহ্ম-সাধনাই সহজ এবং শ্রেয়ঃ এবং তাহা জাগতিক কার্য্য কারণ এবং মনোময় ভাবগুণাদির সহযোগে সাধিত হইলে এবং সঙ্গে সঙ্গে ফলপ্রদ বোধ হইতে থাকিলে— জড়দেহমনযুক্ত মানুষ আমরা, আমাদের পক্ষে সহজ ও ধাতুসহ হয়। সর্ব্বপ্রথমে নিরাকার সাধনায় আনন্দ বা আভাস পাইয়া, জড় প্রকৃতি অথবা কাল্পনিক প্রতিমায় ব্রহ্মের আরোপেও সাধনা হয়, কিন্তু তাহাতে অর্থাৎ অংশকে পূর্ণ ভাবিয়া সাধনা আরম্ভ করিলে তাহাই মনে ছাপ ধরিয়া বিরাট ব্রহ্ম উপলব্ধির বাধাস্বরূপ হয় এবং ক্রমে মনপ্রাণ সঙ্কীর্ণ হইয়া পড়ে। সমস্তেই ব্রহ্ম ধারণার পর সামান্য একটিতে লক্ষ্য দিয়া আনন্দ পাইলে তাহাতে ক্ষতি হয় না

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

কারণ একদিক দিয়া আমরা ছোট — সেদিক দিয়া ছোটতে লক্ষ্য করিলে— বড়রই একটা অংশে লক্ষ্য হয়। যেমন একটি লোকের মুখের দিকে দৃষ্টিপাত করিয়া কথা কহিলেই সেই মানুষটীর সহিত কথা বলা হয়— তাহার পূর্ণ আকার সম্বন্ধে অলক্ষিতে যেমন ধারণা থাকে সেরূপ ব্রহ্ম সম্বন্ধে বিরাট ধারণা প্রথম হইতে স্থূলভাবেও করিয়া রাখা উচিত, তাহা না হইলে সাধনপথ অতি নগন্য বোধ হয় এবং এই মহৎ-কর্ত্তব্য সাধারণ আমোদ-প্রমোদ ও সাময়িক তুষ্টির অনুষ্ঠান হইয়া পড়ে এবং আসলের দিকে লক্ষ্য থাকে না।

সাধন ভজন উপাসনা আরাধনা যদি কেহ অভিনয়, লোক-দেখান, ভণ্ডামি বা ভেক-ধারণ, মিথ্যাচার অথবা ঐহিক-ভোগবিলাস পরিতৃপ্তি বাসনায় করিতে থাকেন, তাহারও নিয়মিত অনুশীলন করিতে থাকিলে, কিছু না করা অপেক্ষা যেকোন একটা পথে গতি থাকার জন্য ক্রমে সত্যে পৌঁছান যায়।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

উপসংহার

যিনি স্বয়ংপূর্ণ— যাহা অনুভব করিবার জন্য বিশ্লেষণফলে, যাহা বা যিনি সৃষ্টি-স্থিতি-লয় অবলম্বনে লীলাময় বোধ হয়— অথচ যাহা বা যিনি সৃষ্টিস্থিতিলয়ের অতীত ; যাঁহাকে চিন্তা বা ধ্যান-ধারণা করিবার বিধি নির্দ্দেশিত হইয়াছে— অথচ যিনি অচিন্ত্য ; সর্ব্বরূপে ও বাক্যে ব্যক্ত হওয়া সত্বেও যিনি অরূপ, অব্যক্ত ; যাঁহার জন্য জ্ঞানের অনুশীলন এবং যিনি জ্ঞানরূপে বিদ্যমান অথচ জ্ঞানাতীত ; যিনি সর্ব্বগুণের আশ্রয় অথচ যিনি গুণাতীত এবং অগুণময়—তাঁহাকে কি উপায়ে আয়ত্ত করা যায় ? সাধনা উপাসনায় সিদ্ধির অবস্থাও অব্যক্ত অথচ তাহা ব্যক্ত করিবার প্রয়াসও চিরন্তন !

কার্য্য কারণে— কোন অবস্থা-বিশেষে তাঁহাকে নির্দ্দয় বোধ হয়, আবার সময়ান্তরে বহু অবস্থায়— ব্যবস্থায় তাঁহার সীমাহীন দয়াময় অবস্থা স্পষ্ট উপলব্ধি হয়। বহুবিধ বিভূতি বা মহিমার মধ্যে 'দয়া' তাঁহার বিশেষ গুণ বা রূপ। দুঃখ বা অভাব-মোচনের যে প্রবৃত্তি তাহা দয়া নামে খ্যাত— তবে তিনি দুঃখ দেন কেন ? ইহাও কি তাঁহার দয়া ! দুঃখে অভিভূত অবস্থায় দয়া পাইলে, দুঃখ ঘুচিলে, তাহা আর দুঃখ থাকে না। তবে কি তাঁহার দয়ারূপ বিকাশের জন্য দুঃখের অস্তিত্ব ? অপরকে দয়া করিলে বা অপরের নিকট হইতে দয়া প্রাপ্ত হইলে— উভয়ের

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

মনে যে তৃপ্তির আনন্দ অনুভূত হয়—তদবস্থায় উভয়ের ভাব পৃথক্ হইলেও—পরস্পরের যে ভাব অনুভূত হয় তাহা হইতে দয়াগুণের আভাস পাওয়া যায়; বিশ্বের সকল কার্য্য-কারণে তাঁহার দয়ার যে অভিব্যক্তি,—প্রতি-জীবে, প্রতি-ভূতে যে অনন্ত দয়ার প্রকাশ তাহা হইতে দয়াময়ের দয়ারূপ চিন্তা করিলে—এবং দয়াপ্রাপ্তির আনন্দ অনুভূত হইতে থাকিলে যে ভাব হয়— তাহার উৎস 'ব্রহ্ম'! অনন্ত মহিমাময় ব্রহ্মের অন্যতম বিশেষ রূপ বা গুণ—'দয়া'। অনন্ত গুণের সমষ্টি,—অনন্তগুণ-মণ্ডিত ভগবানে মিলিবার, ঐ দয়ার ন্যায় রূপ বা গুণের উপলব্ধিতে যেকোন গুণে তদ্ভাবময় হইয়া সাধনা বা ধ্যান ধারণায় তৎসান্নিধ্যলাভ হয়। অনন্তগুণময় ভগবানে মিলিবার অনন্ত পথ। যেকোন এক বা একাধিক গুণ বা বিভূতির সাধনায়—, অনুভূতি অবলম্বনে সাধনায়— সিদ্ধিলাভ হয়। যে কোনো মহিমা বা বিভূতি হইতে অনুভূত ভাবাবেশ ক্রমবর্দ্ধিত করিয়া যে মধুর অবস্থা লাভ হয় তদবস্থায় ঐ মাধুর্য্যের উৎসের সন্ধান পাওয়া যায়; সেই উৎসে স্থিতিই— ব্রহ্মানন্দে স্থিতি। তাহা অব্যক্ত, অচিন্ত্য, জ্ঞানাতীত, গুণাতীত। মাত্র এইভাবে ইঙ্গিত দেওয়া ব্যতীত তাহা ভাষায় সম্পূর্ণ প্রকাশ করা যায় না; তাহা একান্ত নিজসাধন এবং অনুভূতি-সাপেক্ষ। এই অনুভূতির ক্রমবর্দ্ধনে যে আনন্দানুভূতি হয় তাহাই আনন্দলোক— তাহাতে স্থিতিকালই ভগবৎ-সান্নিধ্য বা ভগবন্ময় অবস্থা। তদবস্থার সংযোগে দেহ মন প্রাণ

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

আত্মা তদ্ভাবময় হইয়া পড়ে। ইহাতে দেহ-মন-প্রাণ-আত্মা সদা তৃপ্ত থাকে। ইহাই সত্য ঐশ্বর্য্য।

ভক্তি, প্রেম, জ্ঞান, কর্ম্ম ইত্যাদি যে কোন উপায়ে মন-প্রাণে ভাবাবেশে যে আনন্দময় অবস্থা হয়— তাহাই ভগবৎ-সান্নিধ্যলাভের আভাস— মনপ্রাণে তাহা ক্রমবর্দ্ধনে— তাহার উৎসে মিলিবার চেষ্টাই সাধনা-উপাসনা। জড় মন প্রাণ অবলম্বনে সাধন, ভজন ও উপাসনা দ্বারা যতদূর সম্ভব অগ্রসর হইতে থাকিলে— ক্রমান্বয়ে অব্যক্ত অচিন্ত্যে মিলিত হইয়া পরমজ্ঞানময়— আনন্দঘনময় অবস্থা লাভ হয়। ইহাই ভগবানত্ব অবস্থালাভের ইঙ্গিত। উহা ভাষায় প্রকাশ করা যায় না। নিজসাধনায় অনুভূতি অবলম্বনে তদ্ভাবময় হইতে হয়। ইহাই সিদ্ধি।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

উপাসনা

—পদ্যাংশ— *

ভগবানের নাম স্মরে,'
শয্যা ত্যজ' শেষ প্রহরে ;
মল-মূত্র-বেগ রোধে যে,
বহু রোগে ভোগে সে ;
ভোরে পেট-পূরে জলপানে,
কোষ্ঠ সাফ্ সবাই জানে ;
ক্ষণকাল ভ্রমণ কোরো,
মলের বেগ আস্‌বে পূরো ;
কোষ্ঠ সাফ সহজ যা'দের,
পরে জলপান বিধি তা'দের ;
হ'লেই বেগ বাহ্যে যা'বে,
ধৌতির প্রথম শিশ্ন ধু'বে ;
গঙ্গামাটী মাখিয়ে ধু'য়ো,
উত্তেজনা তা'য় রোধিও ;
সাথেই কোষে জল ঢালিও,
মলদ্বার ধুয়ে পুনঃ শিশ্ন ;

* ছন্দ-ত্রুটি লক্ষ্য না করিয়া, মাত্র ভাব গ্রহণীয়।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

লিঙ্গ-স্নানের প্রাচুর্য্যে,
দেহ পূরে ষড়ৈশ্বর্য্যে ;
পাত্রে ব'সে ঢালো জল,
লিঙ্গ গুহ্য হোক শীতল ;
দাবনা পায়ে জল লাগিলে,
ক্ষতি জেনো এ কৌশলে ;
লিঙ্গ-স্নান জল-চিকিৎসা-সার,
পূর্ণ-স্নানের সংক্ষিপ্তাকার ;
উপস্থ-শীতল শিবের পূজা,
পুরুষ নারীর ব্রতের রাজা ;
পাথর মাটীর শিবলিঙ্গ,
নির্দ্দেশ জেনো নিজ অঙ্গ ;
প্রতি প্রস্রাবে ধৌতির ফল,
মন প্রাণ অঙ্গ নির্ম্মল ;
লিঙ্গ গুহ্য মাঝে জোলো হাত,
লাগিয়ে ঠাণ্ডা রেখো ধাত ;
গলায় আঙ্গুল মুখ ধুইও,
কান ঘাড়েতে জল লাগায়ো ;
চোখে ঝাপ্টা খুলে বা মুদে,
নাকে প্রচুর জল লইবে ;
মুখ দিয়া তা' বাহির কোরো,
অনেক রোগ এইতে সেরো ;

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

পানের সময় এ বিধিতে,
সুফল জেনো পেট-পীড়িতে' ;
দাঁত বেঁচে যায় এ করিলে,
দাঁতের ক্ষতি ঠাণ্ডা জলে ;
ধৌতির শেষ পায়ে হাতে,
ভিজে হাত তল-পেটেতে ;
শীতল জলের এ সব কাজ,
দেহ-শুদ্ধিতে কোরো না লাজ ;
সাগর নদী খাল বা বিলে,
স্নান করিও প্রচুর জলে ;
অভাব মত কোরো ব্যবস্থা,
সভ্য মানুষের জল সস্তা ;
দেহে সইলে প্রাতঃস্নান,
নইলে উচিত ঐ বিধান ;
বহিঃশুদ্ধি প্রথম বিহিত,
অন্তর শুদ্ধি সবার উচিত ;
ধ্যান ধারণা যোগের সাধন,
বিফল, বিনা অন্তর শোধন ;
বহিঃ শুদ্ধি করার 'পরে,
অন্তর শুদ্ধি সহজ করে ;
স্নানেতে হয় বহিঃ শুদ্ধি,
তা'রও জানতে হয় যে বিধি

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

সকল ব্যাপার জেনে করে,
সেইত' সুখে জীবন ধরে ;
সকল কাজে অভ্যাস রেখো,
নিজের পায়ে দাঁড়াতে শিখো ;
শুতে, ব'সতে, চ'লতে, খেতে,
সবই হয় যে শিখে নিতে ;
স্নানের পূর্ব্বে তৈল-মর্দ্দন,
চর্ম্মরোগের প্রতিষেধন ;
শাস্ত্রমতে তিলের তেলে,
খাওয়া; মাখা ভাল বলে ;
দেশ-বিভেদে সর্ষপ সেরা,
মাথায় সুবাস তিলের ধারা ;
মস্তিষ্ক মন শীতল থাকে,
সুঘ্রাণ তেল তা'ইত মাখে ;
গুহ্য কোষের আশে পাশে,
নারিকেল তেল কণ্ডু নাশে ;
চুলকানো এক অসভ্যতা,
কর্পূর-তেলে হয় সায়েস্তা ;
চুলকোনার ঔষধ সহজ,
চুলকো, না ; ধোরো ধৈরয ;
অসংযমীর সবেই কষ্ট,
সংযমেতে হ'বেই তুষ্ট ;

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

বাক্‌-সংযম করা'র 'পরে,
অন্য সংযম সহজ করে ;
নাকে সরিষা-তেল টেনে নিও,
নাভি, নখ, চোক, কানেও দিও ;
পদতলে তেল-ঘর্ষণে,
মাথা ঠাণ্ডা পায়ের যত্নে ;
নারিকেল তেল মাথার কেশে,
মাখতে পারো মেয়ে পুরুষে ;
চোখে দিলে গেঁড়ির জল,
রোগ সারে দৃষ্টি উজ্জ্বল ;
দাঁতগুলিকে কম ভেবোনা,
দাঁত হারিয়ে পরে কেঁদোনা ;
দাঁতের যেজন যত্ন করে,
পেটের পীড়া তা'রে না ধরে ;
দাঁতের ময়লা মুখমণ্ডলে,
লাগিয়ে ব্রণাদি সারো সকলে ;
মুখমণ্ডলে মুখামৃত,
মুখশ্রী বাড়ে করে হিত ;
হাঁটু থেকে নীচে পায়ের ঘা,
নিজ প্রস্রাবে পলায় তা' ;
সাথে কাছে আছে বহু অধিকার,
জেনে রেখে কোরো সদ্ব্যবহার ;

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

মুখ ও পায়ের ঔষধ যেমন,
সঙ্গেই গুরু আছেন তেমন ;
তাঁর সেরা আর গুরু নাই,
সদ্‌গুরু হ'ন অন্তরাত্মাই।
বেদান্ত কহে—'আত্মাবৈ গুরুরেকঃ',
এই আপ্তবাক্যে বিশ্বাস রেখো।
জিব-ছোলা হয় ইচ্ছাধীন,
অভ্যাসে চাই প্রতিদিন ;
মাথায় দিবে ঠাণ্ডা জল,
তলপেটেতে তাইতে ফল ;
দাব্‌না, পা ও পিঠে বুকে,
ঈষদুষ্ণ জল দিও সুখে ;
পান্‌সে দাঁতে ঠাণ্ডা বারি,
জানবে তাহা মন্দকারী ;
রোগ্‌ড়ে দেহ তেল তুলি',
সাফ্‌ রেখো লোমকূপগুলি ;
মাঝে মাঝে সাবান মেখো,
দেহ ম'লা উঠবে দেখো ;
জল মুছিও স্নান সেরে,
আঁচ্‌ড়ো চুল ভাল কোরে ;
দেহ-প্রসাধন মন্দ নয়,
দেহের যত্নে জগৎ জয় ;

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ছেড়ে কাপড় নিজে কাচে,
স্বাধীন হ'য়ে সেজন বাঁচে ;
ভিজে ছেড়ে শুষ্ক-বস্ত্র,
দেহের ভাল মন পবিত্র ;
এঁটো-বাসন নিজে মাজে,
স্বাধীন বলা তা'রই সাজে ;
মা'কে দিয়ে মাজায় বাসন,
কোন্ সাহসে সভ্য সেজন ;
খাওয়ার পর হাঁটে দিনে,
মৃত্যুরে সে ডেকে আনে ;
রাতের খাওয়ার পরে হাঁটা,
হজম্, ঘুমের সহায় সেটা ;
বাম-কাতে পাশ ফিরে শু'য়ো,
হজম্-সহায় তা'য় জানিও ;
দিবানিদ্রা রোগের গোড়া,
গ্রীষ্মে কেবল পাশমোড়া ;
লঘু-ভোজন উপবাস,
অম্লরোগ করে নাশ ;
অভুক্ত অতিথি পলায়,
সে হিসাব জ্বরের বেলায় ;
জ্বর-কুটুমে না দিলে খে'তে,
পালাবে সে আপনা হ'তে;

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

অন্নগতপ্রাণ নয়কো ভুল,
অতিভোজন রোগের মূল ;
ভাল জিনিষ তাহাই খা'বে,
সহজে যা হজম হ'বে ;
উপবাস নিয়মিত,
করে তাহা দেহ-হিত ;
মাসে বারেক জোলাপ নিও,
বেশী-দিন তা'য় বাঁচিও ;
খাওয়া কমে আছে পার,
নষ্ট না হয় দেহের সার ;
রক্তের সারে করে যে নষ্ট,
জীবন্মৃত পায় সে কষ্ট ;
দেহই আদি ধর্ম্ম কর্ম্মে,
স্বাস্থ্য অটুট্ ব্রহ্মচর্য্যে ;
ব্রহ্মচর্য্যে গোড়া-পত্তন,
তা'তেই ফুটে ভজন সাধন ;
সেজন সদা সত্য ভাষে,
বাক্‌সিদ্ধ হয় এ অভ্যাসে ;
যাহা বলবে সত্য হ'বে,
মিথ্যা-ভাষণ না আসিবে ;
অভিজ্ঞতায় এ সব লেখা,
পরখ্ করে সবাই দেখা ;

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

অমর হ'বার ইচ্ছা হ'লে,
আঁচড়-রেখে যেয়ো চ'লে ;
যাওয়া আসা চিরন্তন,
থাকা-কালে কর সাধন ;
সামান্য কিছু ব্যায়াম কোরো,
অঙ্গন্যাস এইতে সেরো ;
ভালস্থানে ক'রে আসন,
ক'রবে ভোরে ভজন সাধন ;
ব্রাহ্মমূহূর্ত্তে ব্রহ্ম পূজিও,
সূর্য্যোদয়ের পূর্ব্বে সেরে নিও ;
দিনের তরে সন্ধ্যা-পতন,
ক্রমান্বয়ে নিঃস্ব সেজন ;
একটি দিনের যোগাভ্যাস,
বাদ গেলে ভেবো সর্ব্বনাশ ;
অভ্যাসের ফল হাতে হাতে,
প্রতিদিনটি যায় ভালমতে ;
সব আকাঙ্খা হয় যে পূরণ,
যেজন করে ভজন সাধন ;
ভজে, জপে, চিন্তে নাম,
তা'রই পূরে মনস্কাম ;
বিভূতি মহিমা ধ্যান ধারণে,
নিরাকার সার পাবে মনে ;

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

মনে প্রাণে মিশিয়ে ডেকো,
সাড়া পাবে নিশ্চয় দেখো ;
এ বিষয়ে যাচাই আসল,
দেহ-পুলকে চোখের জল—;
অঙ্গের লোম হ'বে খাড়া,
চোখে বহিবে জলের ধারা ;
ভাবাবেশ দেহমনে,
শিহরণ ক্ষণে ক্ষণে ;
শেষ অবস্থা অনুভবে,
ভাষার অতীত আনন্দে ;
ব্যাপারটি নয় মোটে শক্ত,
মর্ম্ম জানে যে জন ভক্ত ;
বেদান্ত কহে--আত্মাই গুরু,
এর সেরা মত নাই কা'রু ;
গুরুগিরি দোকান-দারী,
মিছে সেসব জারিজুরী ;
নিজ চেষ্টায় সব হয়,
পর সহায়ে বরং ভয় ;
আপনজনের থেকো কাছে,
যেওনা কভু পরের পাছে ;
আপনজন বা'ছবার উপায়,
নিজের চেয়ে যে বাড়া'তে সহায় ;

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

সেমত জন পাওয়া শক্ত,
নিজ-মতে থেকো অনুরক্ত ;
যে যা'র পথে চলে সবাই,
তবু দেয় মতের দোহাই ;
যাহার যা'তে লাগে ভালো,
তা'তেই পাবে তা'তেই আলো ;
তিনি আলো কিংবা অন্ধকার,
সাধন-লভ্য নিজ চেষ্টার ;
গ্রহাদিকে মুছে ফেলো,
রূপ দেখো — মাত্র কালো ;
নয় ত সে রংয়ের ব্যাপার,
রং নয় সে রসের আধার ;
সব রং মিশায়ে সে রং,
সব রসের সার সো'হং ;
সাকার সাধন নয় যে আগে,
রঙ্গ পরঙ্গ শেষের ভাগে ;
নারী বা ভাষার অলঙ্কার,
আসল পরে আড়ম্বর ;
জাঁক-জমকে মিছে ঝঞ্ঝাট্,
নিরাকারে হয় কাট্ ছাঁট্ ;
সহজ জীবন ভাল যেমন,
নিরাকারে সরল তেমন ;

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ভেদাভেদে মত্ত যেজন,
নামে সাধু, ব্যর্থ সেজন ;
আশ্রমের সেরা গার্হস্থ্য,
তা'তে থেকেই বানপ্রস্থ ;
বানপ্রস্থে বাক্-সংযম,
পঞ্চাশোর্দ্ধে মৌন বর্দ্ধন ;
বাক্-সংযমে একাগ্রতা,
মৌন ব্রতে সন্ন্যাস-রতা ;
সন্ন্যাসও হয় ঘরে থেকে,
মনের ব্যাপার সকল দিকে ;
জন্ম সবার গৃহীর ঘরে,
ভরসা রেখো তাহার 'পরে ;
মাত্র মানুষ এই কথা সার,
এক ভগবান সব যে তাঁ'র ;
কর্ত্তা তিনি, তিনিই কর্ম্ম,
ভক্ত, ভক্তি, তিনিই ধর্ম্ম ;
তিনিই প্রকাশ জগৎ-রূপে,
সবে তিনি আছেন চুপে ;
অগ্নি তিনি ধূপের শিখা,
গন্ধ তিনি ধূমের রেখা ;
চাষাও তিনি, তিনিই চাষ,
প্রভু তিনি, তিনিই দাস ;

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

সখা বন্ধু সবই তিনি,
আমি তুমি সবই যিনি ;
আমিই তুমি, তুমিই আমি,
সবই আমি সবই তুমি ;
আমি তুমির মিলন-ফলে,
বিন্দু মিশে সাগর-জলে ;
সব একাকার সাকার নিরাকার,
রাত্র দিবার আলো অন্ধকার।

অন্ধকারের রূপ

অন্ধকারের রূপ দেখিবি,
রূপ দেখিবি গো ?
গ্রহ তারার আলো সে যে
মোমের বাতি গো।
যৌবনেরই রূপের কদর,
কা'র পরশে পায় সে আদর,
উল্টে যাবে ধারণা তোর,
দেখ্‌লে ভেবে গো।
মিথ্যায় সত্য —দেখার চোখে,
কেও কি কভু সত্য দেখে ?
সত্য চোখে দেখ্‌তে শেখে,
সেই ত দেখে গো।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

মানুষ ম'লে, কি যায় চ'লে,
কি গেলে দেহ পচে গলে',
দেখা কি যায় সে আসলে,
এই চোখেতে গো ?

তা' ব'লে গো কোন অভাগা,
তা'রে স্বীকার না করে বা,
দে'খতে বলি সে চোখে তা',
আসল চোখে গো !

নিরাকারের রূপের ছটা,
অন্ধকারের রূপের ঘটা,
মহাকালের মাথার জটা,
দেখ্‌বি তোরা গো ?

যা তোরা গো নাগ নাগিনী,
ডাকিনী গো প্রেত যোগিনী,
তোদের ভিড়ে শিব শিবানী,
দেয়না ধরা গো !

বাধা সে যে পূর্ব্বাভাষ,
সাধন-জোরে বিঘ্ন-নাশ,
নিরাকারের মহাকাশ
স্পষ্ট দেখো গো !

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

সব-কিছু যে তা'ই থেকে,
তা'তে আবার যায় মিশে,
হওয়া যাওয়া সেও ত সে,
বুঝ্‌তে শিখো গো!
সেই এক, আর কিছু নাই,
যা' কিছু সব, সেই একাই,
ছিল যা', আছে তা', র'বে তা'ই,
কোথায় যা'বে গো!

নিজেকে যে পায়না দেখ্‌তে,
অপরকে সে যায় জান্‌তে,
আপন ধ'রে যেয়ো বুঝ্‌তে,
যেথায় পা'বে গো!

জীবের শিবের ভেদাভেদ,
মুছে যা'বে মনের ক্লেদ,
এক ব্রহ্ম একই বেদ,
সত্য শিব সুন্দরোঁ?

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

শরীরমাদ্যম্

ধর্ম্মই বলো কর্ম্মই বলো, সর্ব্বাগ্রে চাই দেহ ভাল,
নিজ দেহের করে যতন, সত্য ধার্ম্মিক কর্ম্মী সেজন।
সুস্থ দেহ, সরস মন, সুধায় ভরা তা'র জীবন।
খাদ্য যা' হয় যায় জুটে, মনের খোরাক ল'ও লুটে।
স্বাস্থ্য-সহায় স্ফূর্ত্ত মন, সঙ্গী কোরো ফুল চন্দন।
প্রবাদে কয়— ওরে মন—
স্ফূর্ত্তি কর, স্ফূর্ত্তি কর, যাবচ্চন্দ্র দিবাকর।
এ কথা নিও গভীরভাবে, চিরদিন সুখে কাটাবে।
যা' হ'বার তা' হ'বেই যখন, তবে কেন মনের পীড়ন ?
কা'রও কিছুতে নাই যে হাত ! আনন্দ কেন হয় বেহাত।
যে ক'টা দিন র'বে ভবে আনন্দে দিন কাটিও সবে।
এতেও কা'রও নাই যে হাত, সাধন জোরে কোরো মাৎ।
ভগবানে টেনে সঙ্গে নিও, তাঁর 'পরে সব সঁপে দিও।
জন্ম-জীবনের শুধো ঋণ, ডেকো ভোরে প্রতিদিন।

—০—

দ্বিতীয়ো নাস্তি

শাক্তগণ শক্তি পূজে, হরিনাম বৈষ্ণবে।
বৈদান্তিকে ব্রহ্ম কয়, পূজে শিব শৈবে।
বৌদ্ধগণ বুদ্ধ বলে, তার্কিকে কয় কর্ত্তা ;
মীমাংসকে কর্ম্ম কহে, জৈনগণ অর্হতা।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

খ্রীষ্টানে কয় পরমপিতা, মুস্‌লীমে আল্লাহ্‌তালা ;
কেহ চায় বাদ্যভাণ্ড, কেহ একান্ত নিরালা।
নিরাকারে শূন্যবাদ, চন্দ্র সূর্য্য অস্বীকার ;
সাকারেতে সর্ব্ব পূজা, গুরু, পিতা, প্রতিমার।
যাহার যাহা অভিরুচি, কাহারও নয় ভুল
ভগবান পরমেশ্বর, ধ্যান ধারণায় সমতুল।

—০—

মানুষ

মানুষ মানুষ বলে সবাই মানুষ চেনা শক্ত,
হাত পা থাক্‌লে মানুষ নয় এ কথাটা সত্য।
মানুষ শব্দ কথার কথায় বলে মান হুঁস্‌,
ব্যাকরণ-শুদ্ধ না হ'লেও অর্থ নিরঙ্কুশ।
মানবজন্ম পেয়ে যদি মানুষ হ'তে চাও,
মানের বাধা যে সমস্ত তা'রে ভেঙ্গে দাও।
মানের গোড়ায় দিলে ছাই বাড়ে যেমন তা'য়,
ফিকির ক'রে মান বাড়ালে কুৎসা সেজন পায়।
মান-ক্যাঙ্‌লা হাস্যাস্পদ এ জানিও নিশ্চয়,
চাইলে মান, যায় না পাওয়া, ব্যবহারেই মানী হয়।
মানী গুণী তা'রেই মানি যেজন ব্যথার ব্যথী,
স্বার্থপরতা স্থান দিও না হ'য়ো স্বার্থত্যাগী।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

সরলতা, উদারতা, দয়া আর জ্ঞানানুশীলনে,
সংযমসাধনে মানুষ কর্ত্তব্যকরণে।
মনের মানুষ পাওয়া কঠিন পেলে কিন্তু স্বর্গ,
নিজে ভাল হ'লেই জেনো অসন্তোষের খর্ব্ব।
মানুষ মানুষের শত্রু মানুষেই হয় মিত্র,
মানুষেই হয় ভগবান হ'লে মন পবিত্র।

—ঃ০ঃ—

বিবাহ

বিবাহ কাহারে কয় বুঝিয়া দেখিলে,
কঠোর কর্ত্তব্যময় জানিবে সকলে।
পতি পত্নী সম্বন্ধ বিধির বিধান,
তাহারই ফলেতে আমি, তুমি সর্ব্বজন।
জীবাত্মা পরমাত্মা মিলন সাধন ভজনে,
ইহারই ফলেতে সিদ্ধ হয় সাধুজনে।
সাথী সঙ্গী দলে করে বিবাহে বিদ্রূপ,
পথ; মত ভিন্ন হ'লে সাধনে তদ্রূপ।
এ দুনিয়ায় কিছু নাই ঠাট্টার ব্যাপার,
ভগবান মিশাইয়া হও আগুসার।
স্রষ্টার উদ্দেশ্য সফল বিবাহ বন্ধনে,
জনম জীবন সফল ভজন সাধনে।

—(-ঃ-)—

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

পাগলের খেয়াল

পাগল নিজেরে জানে সুবিজ্ঞ সুজন,
প্রমাণ করিতে তাহা ব্যস্ত অনুক্ষণ,
তাহে বাতুলতা আরও পায় যে প্রকাশ ;
ইহাই জানেনা তা'ই তাহার আশ্বাস ।

—(-ঃ-)—

পাগল বলে পাগলে

পাগলে উস্‌কাইয়া যা'রা দেখিতেছে মজা,
বুঝেও বুঝেনা তা'রা কত পাইছে সে সাজা ;
রাগিয়া পাগল কহে— "ওরে দুষ্টের দল,
তো'রাই পাগল তা'ই মোরে কহি'ছ পাগল" ;
হাসিয়া পাগল কয় নিজের খেয়ালে,
ওগো আমায় কেন 'পাগল বলে পাগলে' ।

—(-ঃ-)—

অচল পয়সাই বেশী চলে !

অচল পয়সা থাকলে কাছে চালাতে সকলে ব্যস্ত,
ধরাও পড়ে, তবুও চালায় যদিও সবাই সন্ত্রস্ত !
তা'রাই কাজের কর্ম্মকর্ত্তা যা'দের আছে মুরুব্বী,
গুরু পুরুৎ মূর্খ হ'লেও পুণ্যতোয়া জাহ্নবী !

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

মজার এ দুনিয়াদারী গোমূর্খে করে মাষ্টারী,
রিক্স টানে, বেচে পান বি এ, এম্ এ ডিগ্রিধারী !
ভোটাভুটি ধাপ্পামেকী ফাঁকীবাজির হদ্দ যা'রা,
নচ্ছার যত পাজির সেরা প্রতিনিধি হয় যে তা'রা !
ফিকির ক'রে হয় যে মোড়ল, জুয়াচোর আর ফন্দিবাজ,
এতেই চলে রাষ্ট্রনীতি নির্ভরে তা'য় সকল কাজ !
এ দুনিয়া ফক্কিকার শূন্যবাদে নিরাকার,
সবই নশ্বর অথচ ঈশ্বর এ এক মজার ব্যাপার !
সত্যাসত্য কেও জানেনা এ কথা নয় মিথ্যা,
অচল পয়সা বেশী চলে সবাই যে সবজান্তা !

—(-০-)—

ওঁং ভিক্সিশং শে

ভুলের বানান ভুল হয়ে যায়, ভ-এ দীর্ঘ উ দিলে,
বানানের বানান হয় গোঁজামিল, মূৰ্দ্ধন্য ণ ঢুকিলে।
মূর্দ্ধন্য 'ণ'এর স্থলেতালব্য 'শ' বসায়ে, কম্পোজিটার শাঁসায়,
ঐ কেমন এক, স্বভাব আপনার, খুঁৎ-ধরা দোষ ম'শায়।
তালব্য 'শ'এর উচ্চারণে দন্ত্য 'স' করিলে, গা সিড়্সিড়্ করে,
'ড়' উচ্চারণে 'র' বলে, 'র' স্থলে আবার 'ড়' বর্দ্ধমান যশোহরে।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

হারিয়ে গেলে বলে 'হাইরে' 'জড়িয়েকে কয় 'জইড়ে',
পাড়াগাঁয়ের অঞ্চলে,
শ্রাদ্ধ বাক্য 'স্রাধ্য' লিখে, বানানের শ্রাদ্ধ করে,
উকিলের মুহুরি মহলে।
সাহায্যে, সাহার্য্য লেখে, সম্মানে কয় সন্‌মান,
তা'রা যেমন পণ্ডিত,
'চন্দ্রবিন্দু' 'অনুস্বর' জেনে, ওঁ শব্দ ওং বলে,
বিজ্ঞ গুরু পুরোহিত!
৩০এ, ২০এ স্থলে, (৩০শে) তিরিশ্‌শে, (২০শে) বিশ্‌শে,
লেখা হ'য়ে গেছে চ'লতি,
নামের পূর্ব্বে 'শ্রী' বাক্য যে দাও জুড়ে, ফাঁক রাখা শুদ্ধ নয় কি?

—(-ঃ-)—

দাতার চেয়ে দাতা

নিন্দিয়া নিন্দুক যদি সন্তোষ লভয়ে,
পরোক্ষে তাহাও দান, বিনা অর্থব্যয়ে।
দাতা চেয়ে কম নয় পরনিন্দা সহা,
বিনা-ব্যয়ে সন্তোষের উপলক্ষ্য হওয়া॥

—(-ঃ-)—

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

সঙ্গীতাংশ

আপন হইতে আপন

তুমি আমার—
আপন হইতে আপন,
ওগো সাধনারই ধন।
ওগো আমার সাধন-ধন।

বুঝেছি গো—
আমিও তোমারই আপন,
ওগো সাধন-ধন।

চোখ-বোজা সেই জাগরণে, সব-ভোলা সেই শিহরণে,
তোমা সাথে এই মিলনে, (সবাই ওগো) (এই দুনিয়া)
সবই ওগো হয় যে আপন।

এই যে তুমি, এই যে আমি, মিশে যাই গো পরম-স্বামী,
লাগে যবে তোমা পরশন।

তুমি আমার, আমি তোমার, এইত কথা, জানিনা আর,
নয়ন জলে ধোয়াই ওগো, অশ্রু-স্রোতে ভাসিয়ে দি' গো,
যা' কিছু সব আবরণ।

যা'ই বা ভাবি, যা'ই বা লভি, যা'ইবা শুনি, যা'ইবা দেখি
সবই তুমি, সবই আমি, তুমিই আমি, আমিই তুমি,
তুমি আমির মহা-মিলন।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

অজানা—জানা

আমি যদি আমার হ'তাম,
জান্‌তাম আমি কি হ'বে মোর।
কিই বা ছিলাম, কি হ'য়েছি,
কতটুকুই বা আমার জোর।
আমায় নিয়ে এ কি খেলা,
কে গো তুমি কর লীলা,
তোমায় পেলে যায় যে জ্বালা,
সন্দেহ আর মনের ঘোর।
কেও জানেনা কি যে হবে,
এই বুঝিবা সত্য তবে,
না-জানার এই বিশাল ভবে,
সবাই আছে হ'য়ে বিভোর।
বিশ্ব-ব্যাপার যাঁর জানা,
তাঁরে জান্‌তে দাও হানা,
জেনে তাঁরে জানো অজানা,
বিরাট বিশ্ব প্রেমের ডোর।

—০—

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

আমার প্রিয়—সবার প্রিয়

এসো ওগো, এসো ওগো, এসো তুমি, এসো গো,
তুমিই ছিলে, তুমিই আছ, তবু তুমি থাকিও।
আমার প্রিয়, সবার প্রিয়, প্রিয় আমার, এসো গো,
সবায় তোষো, আমায় তোষো, তবু আমায় তুষিও।
আশে পাশে আছ তুমি, তবু তোমায় খুঁজি গো,
সঙ্গে আছ, সামনে আছ, থাকবে জানি, রহিও।
দেখা দিও, দেখো ওগো— দ্রষ্টা, দৃষ্টি, দৃশ্য গো,
দেখেও দেখি, নাও বা দেখি, তবু তুমি দেখা দিও।
চাহ আমায়, সবায় চাহ. সবায় তুমি চাওয়াও গো,
চাহি তোমায়, নাই বা চাহি, তবু আমায় চাহিও।
জানি তুমি ভালবাসো, সবায় বাসো, তবু আমায় বাসিও,
আমরা বাসি, নাই বা বাসি, তবু তুমি বেসে থাকো।
জানি তব সবে দয়া, আমায় দয়া করো ওগো,
দয়া করো জেনেও বলি, তবু আমায় দয়া করিও।
পিতা আমার, মাতা আমার, বন্ধু আমার, দাতা ওগো,
পুত্র আমার, কন্যা আমার, ভৃত্য আমার, ভর্ত্তা গো।
বধূ আমার, বঁধু আমার, বিদ্যা তুমি, বৃত্তি গো,
সবই তুমি, আমার সবার, তবু আমার হইও।

—০—

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

"জপাৎ সিদ্ধি"

নাম জপ জপ নাম

(হিন্দি)

নাম জপো নাম জপো নাম জপো জপো নাম।
যো জপেগা ওহি করেগা আপনা কাম্॥
প্যারো, নাম জপো, জপো নাম॥
রাম রসসে জীবন ভরলে, ছোড় দৈ ঝুটা কাম্॥
ভাব মিশায়ে নাম জপো ভাব মিলায়ে জপো নাম।
গুণ গরিমা ভাব হ্যায় চিৎমে করো অনুধ্যান।
প্যারো, নাম জপো, জপো নাম॥
গড্ ইয়া আল্লা, শ্যাম ইয়া শ্যামা, কৃষণ শিউরাম,
সবহি এক হ্যায় এক কি ভিন্ ভিন্ ব্যাখান।
প্যারো, নাম জপো, জপো নাম॥
নাম্‌মে কুছ্ নাহি বিনা ভাব সমাধান
নাহি পাওয়েগি রস বিনা চিবায়ে উখ্‌খান্।
প্যারো, নাম জপো, জপো নাম॥
রস হ্যায় আস্‌লিং নিরাকার হোয় পুতলি,
হাঁ—হি বোলো, না—হি বোলো, যোহি হোয় বয়ান।
প্যারো, নাম জপো, জপো নাম॥

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

পহিলি নিরাকার, পিছাড়ি পুতলি—হোয় ইয়া যোহি,
পহিলি পুতলি, রহ যাতি হ্যায় বুড়াপন্ সোহি,
য্যায়সি বুড়াপন্‌মে পহিলি পাঠ কি রসান।
ইয়ে পাঠ হ্যায় দুস্‌রি, পিছে খুচরা, পহিলি পাইকারী,
হো মহাজনকে বেটা, মহাজন॥

নাম কি বিনা ভাবারথ্ নাহি মিলে পরমারথ্
চিড়িয়া বোলিমে মানুষ কি ন্যাহি ত্রাণ।
প্যারো, নাম জপো, জপো নাম॥

খোদা, গড্ শ্যামা শ্যাম কৃষণ শিউরাম
হাম্, তুম্. ওহি ভেদ নাহি কোহি
এক কি নানা রঙ্গ, সবহি সমান।
প্যারো, নাম জপো, জপো নাম॥

এক্‌হি মাট্টি, এক্‌হি পানি, এক্‌হি বায়ু, এক্‌হি অগ্নি,
ইয়া ব্যোম পাহ্‌চান্।
এক্‌সে সবহি, এক্‌মে হ্যায় সব, একিমে অবসান।
প্যারো, নাম জপো, জপো নাম॥

নাম রংমে মন রঙো, রঙো দিল্ দেহ্ প্রাণ,
অন্তর রঙো, বাহির রঙো, রঙো আশ পাশ ধ্যান,
প্যারো, নাম জপো, জপো নাম॥

নাম কি রং, ভাব হ্যায়, যিস্‌কী যাঁচ্ পুলক শিহরণ,
ইয়া আঁখিকি ধারা বরিষণ—
বিনা ভাব কি জপ্‌তপ্, হোহি যায় খণ্ডৎ,

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

নিরস য্যায়সি বিনা স্থুর কি গান।
প্যারো, নাম জপো, জপো নাম॥

উও-তো হ্যায় নিরাকার, নিরাকার-সে হোয় সাকার,
নিরাকারসাকার একহি একাকার, জড়আঁখি-কি ভেদ-জ্ঞান।
নিরাকার হোয়— আস্‌লি, আস্‌লি সে হোয় আস্‌লি,
মাট্টিকে বর্ত্তন মাট্টি হ্যায়, সোনে সে গহনা—সোনা,
ঐসি সাকার নেহি নক্‌লি, আস্‌লি কি খেল খেলান্‌।
পয়দায়িস্‌ আস্‌লি, পয়দা আস্‌লি,
হাঁ-ভি আস্‌লি, না-ভি আস্‌লি,
ভেল্কিকে তাক্‌ লাগান্‌।
প্যারো, নাম জপো, জপো নাম॥

খেলাওড় আস্‌লি, খেলা আস্‌লি, খেলাওনা আস্‌লি,
সব সত্য হ্যায়, সত্যকি খেল— খেলান্‌।
প্যারো, নাম জপো, জপো নাম॥

কাল ইয়া সময়, অরূপকি একরূপ,
দিনত দিনহি, বাদ্‌রি ইয়া ধূপ,
ঐসি বরষ যুগ দিনরাত, সবহি উও কাল ঠাম।
উও কাল ছোড় কুছু নাহি, রহত, ইয়া হোয়,
উস্‌মে মিশাওট্‌, ব্রহ্ম মিশাওট্‌ সবহি কাল নিধান।
প্যারো, নাম জপো, জপো নাম॥

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ঐসি কাল ইয়া যো কুছ্ ইয়ে চাঁদ, ইয়ে সূরুয,
সবতো ওহি, হ্যায়, রহা, রহি, উলটি পালটি ক্ষয় ব্যয় সহি,
চালু হ্যায় ব্রহ্মকি সন্ধান।
গিয়া, ইয়া অভি, ইয়া আওয়েগি, একহি কালকি ভঙ্গিলা-ভঙ্গি
আভি ত চির-বর্ত্তমান।
প্যারো, নাম জপো, জপো নাম ॥

নর ইয়া বান্দর, গাছ লতা পাথর, পক্ষী পোক মাচ্ছড়,
জড় ইয়ে জানোয়র,
উসিসে পয়দা, উসিমে লয়, উসিমে অধিষ্ঠান।
প্যারো, নাম জপো, জপো নাম ॥

কেয়া কহেগা, কেয়া শুনেগা সব কুছ্ একহি হ্যায়,
হোয় ইয়ে হোয়েগা,
যো হোগয়া, ইয়া হো রহা, আউর কভি নাহি হোয়েগা,
একই হ্যায়, নয়া ইয়ে পুরাণ।
প্যারো, নাম জপো, জপো নাম ॥

ভজো খুদা, ভজো গড্, ভজো শ্যামা ইয়ে শ্যাম,
নিরাকার ভজো, ইয়ে শিউ রাম,
ভাব মিশায়ে নাম জপো, ভাব মিলায়ে জপো নাম,
গুণ গরিমা ভাব হ্যায়, উসিকো করো অনুধ্যান।
প্যারো, নাম জপো, জপো নাম ॥

—০—

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

কথাংশ

(?) জিজ্ঞাস্য।

১। কাহাকেও বিশ্বাস করিওনা—অথচ বিশ্বাস না করিয়াও উপায় নাই। ইহা নহে কি ?

২। মাত্র ভদ্রের সহিত ব্যবহার রাখিবে—কিন্তু ভদ্র নির্ব্বাচন করা অসম্ভব নয় কি ?

৩। সদা সত্য অবলম্বন করিবে—কিন্তু সত্য যে কি, তাহা কি কেহ জানে ?

৪। সত্য অবলম্বন ছাড়া কেহ বা কিছু আছে কি ?

৫। মিথ্যা অবশ্য পরিত্যাজ্য—কিন্তু তাহা পারা যায় কি ?

৬। সত্য বা মিথ্যা কি—তাহা কি কেহ জানে ?

৭। সত্যই যে সত্য এবং মিথ্যাই যে মিথ্যা—একথা কি কেহ জোর করিয়া বলিতে পারে ?

৮। সত্য যে সত্য নয় এবং মিথ্যা যে মিথ্যা নয়, ইহার প্রতিবাদ করা যায় কি ?

৯। সবই সত্য নয় কি ?—তা হলে—মিথ্যা কি কিছু আছে ?

১০। কাহারও কিছু করিবার শক্তি আছে কি ? যদি থাকে—তা' হ'লে কি 'খোদার উপর খোদ্‌কারি' সম্ভব ?

১১। ভগবান ছাড়া—আর কিছু ছিল, আছে বা হইতে পারে কি ?

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

১২। সবই যদি ভগবান, তাহলে সাধুই বা কে? অসাধুই বা কে?

১৩। পরকাল যদি হয়, ত'াহ'লে পূর্ব্বকাল ছিল। পূর্ব্ব-ইহ-পরকাল কেহ বলে আছে, কেহ বলে নাই। দুইই সত্য নয় কি?

১৪। একজন, একের কাছে ভাল, অপরের কাছে মন্দ, সেরূপ একজন একের কাছে মন্দ—অপরের কাছে ভাল—অতএব ভাল বা মন্দ কি?

১৫। সময়ে বিষ, অমৃতের কাজ করে—আবার সময়বিশেষে অমৃত বিষের কাজ করে না কি?

১৬। লাভলোকসানের বিচার করা শক্ত! সময়ে লাভে ক্ষতি এবং ক্ষতিতে লাভ হয় না কি?

১৭। অসামঞ্জস্যে সামঞ্জস্যের সন্ধানে সবই এক, কিন্তু সবই পৃথক্ নয় কি?

১৮। তুমি আমি বা যে কেহ বা যা কিছু— যা' হয়েছি, যা' ছিলাম বা যা' হ'ব, তা'তে আমাদের কোন হাত ছিল, আছে বা থাকিবে কি?

১৯। যে যা' করে, তাহা করা অথবা না করার হাত তাহার আছে কি?

২০। বিশ্ব এবং বিশ্বের যা'-কিছু সবই যত বড় (হাঁ) সত্য, তত বড় (না) মিথ্যা, নয় কি?

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

২১। সকলেই নিজেকে বুদ্ধিমান্ মনে করে, কিন্তু সকলেই বুদ্ধিহীন নয় কি ?

২২। সকলেই মনে করে তাহার কিছু না কিছু আছে, কিন্তু সকলেই নিঃস্ব নয় কি ?

২৩। যে যত বড় ধনী, সে তত বড় কাঙ্গাল নয় কি ?

২৪। ভাল অথবা মন্দ করিবার কাহারও শক্তি আছে কি ?

২৫। যাহা হইবার তাহার প্রতিরোধ করিবার উপায় আছে কি ?

২৬। যাহা হইবার নয় তাহা কেহ করিতে পারে কি ?

২৭। সরল ও সত্যকথা বলার বহু বিপদ কারণ তাহা শুনিবার মানুষ কম, নয় কি ?

২৮। হঠাৎ যাহা শুনিবে তাহার বিপরীত হইতে লক্ষ্য করিয়া সত্য নির্ণয় করা উচিত নয় কি ?

২৯। "আমি ম'লে ঘুচিবে জঞ্জাল" আমিত্বের নাশেই মুক্তি—বিশ্বের সব কিছুই এবং সব লোকই ভাল—কেবল আমিই মন্দ ; মন্দ সত্ত্বেও সবাই নিজেকে ভাল সাব্যস্ত করিতে ব্যস্ত নয় কি ?

৩০। যেহেতু ব্রহ্ম নিষ্কলুষ—সেহেতু : সকলেই নিজেকে নির্দ্দোষ মনে করে ; অতি বড় দোষীও নিজেকে ভাল মনে করে—কারণ সবই যে ব্রহ্ম হইতে উদ্ভূত—ব্রহ্মাংশ। যে মানুষ নিজদোষ লক্ষ্য করিয়া নিজেকে অপরাধী-পর্য্যায়ে ফেলিতে পারে (যেহেতু সকলেরই

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

কিছু না কিছু দোষ আছেই) ও অপরাধ স্বীকার করে এবং তাহা হইতে মুক্ত হইবার জন্য সমুৎসুক, সে মানুষই নিষ্কলুষ ব্রহ্মে লক্ষ্য করিবার এবং নিষ্কলুষ ব্রহ্মভাব লাভে উপযুক্ত হয় না কি ?

৩১। সাধারণ ধারণায়, অবস্থাপন্ন ব্যক্তিকে অহঙ্কারী মনে করা হয়; কিন্তু অবস্থাহীন ব্যক্তি অনেকক্ষেত্রে অধিকতর অহঙ্কারী নহে কি ? মানুষের মনোবৃত্তির উপর, উহা নির্ভর করে না কি ?

৩২। ধনবানের জন্য সত্যই কি স্বর্গের দ্বার রুদ্ধ ? ধনহীনের জন্য স্বর্গদ্বার কি সদা-উন্মুক্ত ? ইহা কর্ম্ম এবং মনের অবস্থার উপর নির্ভর করে না কি ?

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ব্রহ্মগায়ত্রী *

(একমাত্র ব্রহ্মগায়ত্রীই, সমূহ মানবজগৎকে এক ধর্ম্মপতাকাতলে সমবেত করিতে সমর্থ।)

রামায়ণ, মহাভারত ও অন্যান্য পুরাণ, সংহিতা, দর্শন, বিজ্ঞানাদি সর্ব্বশাস্ত্রের সার বেদ। বেদের সার গায়ত্রী। গায়ত্রীর সার প্রণব বা ওঁ। ওঁকারের অর্থ এবং ভাব সংযোগে জপ, সর্ব্বসিদ্ধিপ্রদ। এই শাশ্বত, অনাহত, অ-ক্ষর, একাক্ষর, অক্ষরাতীত ওঁ, সদা সর্ব্বত্র স্থিত। ইহা সংযুক্ত করিলে তবে সমস্ত মন্ত্র, পূর্ণ হয়। প্রণব ও ব্যাহৃতিসহ গায়ত্রীর সমূহভাব ক্ষুণ্ন না করিয়া ভাবান্তরিত করিলে তাহাও পূর্ণ গায়ত্রীরূপে গণ্য হইতে পারে ; কিন্তু যেহেতু ওঁকার, ধ্বনি বা নাদব্রহ্ম, সেই হেতু ভাবান্তরে, ' ওঁ ' ধ্বনি বজায় না হইলে, তাহা প্রণবরূপে গণ্য হইবে না। নাদব্রহ্ম প্রণবের রূপ— ওঁ ধ্বনি ;— ওঁ ধ্বনি ব্যতীত অপর কোনরূপ উচ্চারণে উহা প্রকাশ করা সম্ভব নয়। প্রণব এবং ব্যাহৃতি-বিহীন গায়ত্রী-জপ নিষ্ফল হয়। সপ্রণব এবং সব্যাহৃতি গায়ত্রীমন্ত্র নিষ্ঠা, জ্ঞান ও ভাবময় জপে সর্ব্ব-সিদ্ধিপ্রদ হয় এবং ইহা ব্রহ্মময় হইবার উপায়।

গায়ত্রীমন্ত্র ব্রহ্মর্ষি বিশ্বামিত্র-রচিত। কথিত আছে, রাক্ষসগণের উপদ্রব হইতে রক্ষা পাইবার জন্য গায়ত্রীমন্ত্রের

---

* গায়ত্রী বলিলে—গায়কের ত্রাণ-কর্ত্রী বুঝায়, তাহাতে কিসের বা কাহার গান বলা হয় না, কিন্তু ব্রহ্মগায়ত্রী বলিলে ব্রহ্মগান-গায়কের ত্রাণকর্ত্রী বুঝায়। ব্রহ্মগায়ত্রী পদই সম্পূর্ণ অর্থ-প্রকাশক।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

রচনা। ইহার তাৎপর্য্য,— মানবজীবনের নানারূপ অভাব অভিযোগ, সুখ দুঃখ, জ্বালা যন্ত্রণা, বাধা বিপত্তি, অত্যাচার উৎপীড়ন অতিক্রম করিয়া সন্তোষ, তৃপ্তি, আনন্দ-অবস্থা লাভ বা ব্রহ্মসান্নিধ্যের জন্য গায়ত্রীমন্ত্র পঠন, মনন এবং ধ্যান করিবার বিধি।

গায়ত্রীমন্ত্র পাঁচ ভাগে বিভক্ত— প্রণব, ব্যাহৃতি, গায়ত্রী, প্রাণায়াম ও যজ্ঞ। ইহার যেকোন একটী বাদ দিলে গায়ত্রী-সাধন ক্ষুণ্ণ হয়।

১। প্রণব— যে শব্দের দ্বারা প্রকৃষ্টরূপে স্তুতি হয়। যেকোন মন্ত্রের সহিত প্রণব সংযুক্ত হইলে, তবেই তাহা স্তুতি করিবার উপযুক্ত হয়। যেকোন বাক্যের সহিত প্রণব সংযুক্ত করিবার অর্থ,— যেকোন কথায় ভগবদ্ভাব মিশাইয়া ভগবানের উপযুক্ত করিয়া লইলে, তবে তৎপ্রয়োগে, ভগবানের স্তুতি হয়।

প্রণব— প্র + নু + অল্। প্র— প্রকৃষ্টরূপে, অদাদিগণীয় পরস্মৈপদী নু ধাতুর অর্থ স্তুতি (ণোপদেশ) প্রণূয়তে, প্রকর্ষেণ স্তূয়তে পরব্রহ্ম অনেন ইতি প্রণবঃ।

ওঁকারই প্রণব। ওঁ শব্দ দ্বারা প্রকৃষ্টরূপে ব্রহ্মের স্তুতি হয়; সেজন্য, ওঁ-ই প্রণব। ওঁকার, ব্রহ্মজ্ঞাপক। ওঁ— অব্ + মন্। অব্—{ অবতি (রক্ষতি); অব্ (রক্ষা করা)} + মন্। জ্বর ত্বর ইত্যাদি সূত্র অনুযায়ী অব্ ধাতুর ব্ স্থানে উ হয় এবং মন্ প্রত্যয়ের অন্ ভাগের লোপ হওয়ায়, ম্ থাকে। অতএব ওঁ অর্থে, যুগপৎ অ + উ + ম্; যুগপৎ সৃষ্টি, স্থিতি এবং

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

লয়। ব্রহ্মা, বিষ্ণু এবং মহেশ্বর এই মিলিত-তিনে, এক ব্রহ্ম। অ=বিষ্ণু, উ=শিব, ম্= ব্রহ্মা, বিষ্ণু ও মহেশ্বর। সেজন্য, অ এবং উ মিলনে 'ও', তদুপরি ত্রিভাবপ্রকাশক ম্ স্থলে 'ঁ' চন্দ্রবিন্দু আরোপ করিয়া অক্ষরাতীত, অনাহত নাদব্রহ্ম প্রণব, ওঁ হইয়াছে। ইহার 'ও'-তে— স্থিতি ও লয়ের বহিঃ-প্রকাশ সূচিত হয়, এবং তাহাতে— স্থিতি ও লয়ের প্রকাশ দ্বারা, স্রষ্টার অপ্রকাশিত কৌশল—সৃষ্টিতত্ত্ব ও সৃষ্টিরহস্য, 'ঁ'-তে নিহিত, তাহা লক্ষ্য হয়।

ওম্ ইত্যাকার বাক্য বা শব্দও প্রণব-জ্ঞাপক, কিন্তু ইহাতে ও এবং ম্ এই দুইটী অক্ষরের প্রকাশ হইয়া পড়ে; সেজন্য অদ্বৈত ব্রহ্ম প্রকাশ করিতে, ওঁ একাক্ষরই উপযোগী। তজ্জন্য একাক্ষরে প্রকাশ করিতে, ম্ স্থানে 'ঁ' চন্দ্রবিন্দু আরোপে, ওম্ স্থলে ওঁ হইয়াছে। চন্দ্রবিন্দু প্রয়োগে ম্-এর উচ্চারণ বজায় হয়, অথচ দ্বি-অক্ষরে ওম্ না করিয়া, ওঁ ইত্যাকার, একাক্ষরে ধ্বনিত হয়। প্রণব, বর্ণ বা পদ নয়— উহা, ধ্বনি বা নাদ। ওঁতে, ও-এর উপরে যে 'ঁ', উহাও বর্ণ বা অক্ষরাতীত; উহা কেবল 'ও' শব্দ সহিত মণ্ডিত হইয়া ধ্বনিত হইবার জন্য ম্ স্থলে 'ঁ' চন্দ্রবিন্দুর আরোপন। ওঁ শব্দ যে যুক্তাক্ষর নয়, এবং উহা যে একাক্ষর, তাহা স্পষ্ট করিবার জন্য 'ও' এবং ম্ যুক্ত করিয়া ওম্ স্থলে, কেবলমাত্র ধ্বনি সংরক্ষণের জন্য, 'ও' এবং 'ঁ' চন্দ্রবিন্দুর মিলনে, ওঁ রূপে প্রকাশ করা হইয়াছে। মূলতঃ ইহা অ+উ+ম্ এই তিন অক্ষরের সন্ধিকৃত একাক্ষর

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

নয়,— ইহা স্বয়ং-পূর্ণ, এক। তাহা জড় মনে আয়ত্ব করিবার জন্য সৃষ্টি+স্থিতি+লয় অর্থাৎ অ+উ+ম্ কল্পনা করা হইয়াছে। বস্তুতঃ ইহা যুগপৎ সৃষ্টি, স্থিতি এবং লয়, যাহা, ভাষায় বা রূপে কল্পনা করা অসম্ভব। উহা জড়মনের ধারণার অতীত, অব্যক্ত, অরূপ ব্রহ্ম!

বীজমন্ত্র ওঁ, অখণ্ড ব্রহ্মের অর্থযুক্ত পূর্ণ ভাব-প্রকাশক শব্দ। পরমাণুবিশেষ বীজে যেরূপ বিরাট বৃক্ষের অস্তিত্ব নিহিত, সেইরূপ প্রণব অর্থাৎ ওঁকারে, চরাচর সৃষ্টি, স্রষ্টা এবং সৃষ্টি-লীলা নিহিত। ওঁ বৈদিক আদি-ব্রহ্মবীজ-মন্ত্র। বিনা ভাবে অর্থাৎ ভাব সংযুক্ত না করিয়া, কেবলমাত্র উচ্চারণে, মন্ত্র কার্য্যকরী হয় না। পরিশুদ্ধ উচ্চারণে ভাব উপলব্ধির সুবিধা হয়; কারণ মন্ত্রের প্রতিবাক্য, স্বরের অভিব্যঞ্জনা ও ভাবের দ্যোতনা সংবলিত।

ওঁ-এর উচ্চারণ, অনুনাসিক দীর্ঘ 'ও' শব্দ। ইহা 'ং' অনুস্বরযুক্ত উচ্চারণে দোষ হয়। অনুস্বরযুক্ত উচ্চারণে উহার ধ্বনি আহত হয়। বস্তুতঃ, উহা নিরবচ্ছিন্ন অনাহত ধ্বনি। সেই জন্য 'ও' বর্ণে 'ঁ' চন্দ্রবিন্দু প্রয়োগে ওঁ, এই অনাহত ব্রহ্ম-বাচক শব্দ নিষ্পন্ন হইয়াছে। উহা নীরবতারূপে চির-বিদ্যমান।

(ঁ) চন্দ্রবিন্দুর অস্তিত্ব এবং উচ্চারণের মতদ্বৈধ সম্বন্ধে আলোচনা।

কোন কোন বৈয়াকরণের অভিমতে চন্দ্রবিন্দুর অস্তিত্ব অস্বীকৃত হয়। যেহেতু উহা স্বর ও ব্যঞ্জন এতদুভয় বর্ণের

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

অন্তর্গত নয়। বস্তুতঃ ইহা অক্ষরাতীত। তত্রাচ, ভাষায় এবং বিশেষতঃ প্রণবের ন্যায় ব্রহ্মজ্ঞাপক অক্ষরে, উহার অবিচ্ছেদ্য ব্যবহারের প্রচলন থাকায়, ইহার অস্তিত্ব অস্বীকার করিবার হেতু থাকিতে পারে না। রূপ-অস্বীকৃত অক্ষরই, রূপাতীত, অরূপ ব্রহ্ম-নির্দ্দেশে একান্ত উপযুক্ত। যেহেতু ইহা মূলতঃ ধ্বনি-নির্দ্দেশক।

অরূপত্ব নির্দ্দেশ করিবার জন্য, স্বর্গগত ব্যক্তির বিশেষণে চন্দ্রবিন্দু আরোপিত হইয়া থাকে।

সম্ভ্রমসূচক ব্যক্তিত্বের নির্দ্দেশ এবং ভগবদ্ভাব প্রকাশের সর্ব্ব-নামে, চন্দ্রবিন্দুর সংযোগ, অরূপ অচিন্ত্যেরই ভাবপ্রকাশক।

চন্দ্রবিন্দুর ভাবপ্রকাশক সত্ত্বা—, সৃষ্টি-স্থিতি-লয়ের সমষ্টি-জ্ঞাপক অব্যক্ত। সেজন্যই ইহা বর্ণাতীত। চন্দ্রবিন্দুর উদ্ভাবক ঋষি, ভাষামাতৃকার অভাবমোচনে ধন্য হইয়াছেন। ভাষাজগতে সংস্কৃত যে শ্রেষ্ঠ, তন্মধ্যে 'ঁ' এবং ওঁকারের উদ্ভাবন অন্যতম।

প্রত্যেক বর্ণের উচ্চারণ-স্থল আছে ; যথা—কণ্ঠ, জিহ্বামূল, তালু, মূর্দ্ধা, দন্ত, ওষ্ঠ ইত্যাদি। কোন কোন মতবাদে ওঁকারের উচ্চারণ গুম্ ইত্যাকার ধ্বনি এবং চন্দ্রবিন্দুর উচ্চারণ 'ং' অনুস্বারের ন্যায় বলা হয়। উহাতে উক্ত ধ্বনি, মূর্দ্ধা ও তালুতে সীমাবদ্ধ হইয়া উচ্চারিত হয়। তাহাতে ঐ ধ্বনি, বিচ্ছেদ প্রাপ্ত হয় অর্থাৎ আহত হইয়া আবৃত্ত হয়। পরন্তু 'ঁ' বা প্রণব অর্থাৎ ওঁকার, নাভি হইতে উদ্ভূত, অনুনাসিক নিরবচ্ছিন্ন অনাহত ধ্বনি। শাশ্বত, অনাহত নাদব্রহ্মজ্ঞাপক ওঁকারের

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

উচ্চারণ পৃথক এবং তাহা নাভি হইতে উদ্ভূত অনুনাসিক, ব্যাপক অব্যাহত ধ্বনি হওয়াই সমীচীন।

মন্ত্র— ধ্যান, ধারণা এবং উপাসনার উপযোগী বাক্য; সন্তুষ্টিকরণ বা বশীকরণ বাক্য। মন্ত্র্ (গোপনে বলা)+অল্ র্ম্ম। মনে মনে বলা। মনঃ = মনস্; মন্ (বোধ করা)+অস্ ণ; চিত্ত, অন্তঃকরণ, বুদ্ধি, তৃপ্তি, সন্তোষ ইত্যাদি।

২। ব্যাহৃতি— বিশেষরূপে প্রকাশের বাক্য; প্রকাশের ভাষা; উক্তি। বি+আ+হৃ ক্তি ভা। বি=বিশেষভাবে; আ=সম্যক্, সীমা, ব্যাপ্তি, বিস্তৃতি, অনন্ত, সমস্ত, সকল দিক হইতে ইত্যাদি; হৃ=হরণ করা, আহরণ করা, ভাগ করা, আকর্ষণ করা, লওয়া ইত্যাদি। (বিশ্ব বা ব্রহ্ম) বিশেষভাবে সকল দিক হইতে হরণ করা, আহরণ করা, ভাগ করা ইত্যাদি।

ব্যাহৃতি দুই প্রকার। ত্রিপাদ এবং সপ্তপাদ;

(ক) ত্রিপাদ— ভূঃ, ভুবঃ এবং স্বঃ।

(খ) সপ্তপাদ— ভূঃ, ভুবঃ, স্বঃ, মহঃ, জনঃ, তপঃ এবং সত্যম্।

(ক) ত্রিপাদ ব্যাহৃতি—

ভূঃ=(ভূস্), ভূ (হওয়া)+সুক্ ক। জড় জগৎ; পঞ্চভূতাত্মক যাবতীয় দৃষ্ট সৃষ্টি; দৃশ্য।

ভুবঃ=(ভুবস্), ভূ (হওয়া)+অসুক্ ক। ব্যোম; শূন্য; সূক্ষ্ম; আকাশ; দৃষ্টি।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

স্বঃ=(স্বর্), স্বর্গ; পরলোক; নিরবচ্ছিন্ন সুখ; স্বৃ (শব্দ করা)+বিচ্ অথি। জীবাত্মা; আত্মা; দ্রষ্টা।

দৃশ্য, দৃষ্টি ও দ্রষ্টা এই তিনে পূর্ণ বুঝায়।

এতদপেক্ষা বিস্তারিতভাবে প্রকাশ করিবার জন্য—

(খ) সপ্ত ব্যাহৃতি—

ভূঃ	ভুবঃ	স্বঃ	মহঃ	জনঃ	তপঃ	সত্যম্
ক্ষিতি	অপ্	তেজঃ	মরুৎ	ব্যোম	চন্দ্র	সূর্য্য
ভূমি	জল	অগ্নি	বায়ু	শূন্য	মন	প্রাণ
হাড় মাংস	রক্তরস	জঠরাগ্নি দৈহিক তাপ	প্রাণবায়ু শ্বাস প্রশ্বাস	হৃদয়	অন্তঃকরণ	চক্ষু
ইহলোক	স্থিতি	পরলোক	পূজন	মনাধার	তপস্যা	দৃষ্টিশক্তি
পৃথিবী	আকাশ	স্বর্গ	উৎসব	ব্যক্তি	ধর্ম্ম	যথার্থ
স্থূল	সূক্ষ্ম	আত্মা জীবাত্মা	যজ্ঞ	জন্ম+অন্ ক	আচরণ	সৎ হইতে
স্থল	অন্তরীক্ষ	নিরবচ্ছিন্ন সুখ	তেজঃ	পিতৃলোক	অদৃষ্ট	উদ্ভূত

ভূঃ=যাবতীয় দৃষ্ট পঞ্চভূতাত্মক সৃষ্টি; স্থূল।

ভুবঃ=শূন্য; সূক্ষ্ম; ব্যোম; আকাশ।

স্বঃ=তেজঃ; জীবাত্মা।

মহঃ=যজ্ঞ; ইহকাল জয়যুক্ত হইবার যাবতীয় কর্ম্ম।

জনঃ=যাহা জন্মায়, অর্থাৎ যাহার জীবন আছে; জন্ম-মরণশীল।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

তপঃ=তপস্যা, পারলৌকিক উন্নতির জন্য সাধনা, কর্ম্ম।

সত্যম্=সৎ হইতে উদ্ভূত যাহা কিছু অর্থাৎ (উক্ত ছয় এবং এই) সপ্তলোকের সমষ্টি।

ব্যাহৃতি অর্থে ব্রহ্ম বিশেষরূপে যে সমস্ত রূপে বা অবস্থায় ব্যক্ত বা প্রকাশিত। যথা—দেহ, মন, প্রাণ, জীবাত্মা, জ্ঞান, বুদ্ধি, স্থূল, সূক্ষ্ম, সূর্য্য, চন্দ্র, গ্রহ, উপগ্রহ, অনন্ত সৌরজগৎ, ক্ষিতি, অপ্, তেজঃ, মরুৎ, ব্যোম, কর্ম্ম, সাধনা, চিন্তা, অনুভূতি, ভাব, উপলব্ধি, সাধন-বস্তু, সাধক-অবস্থা, সাধন-ফল, ইত্যাদি অন্তর্বহিঃ সমূহ—বিশ্ব।

৩। গায়ত্রী—তৎ সবিতুর্বরেণ্যং ভর্গো দেবস্য
ধীমহি ধিয়ো য়ো নঃ প্রচোদয়াৎ।

গায়ত্রী=গায়ৎ { গৈ (গান করা)+শতৃ ; যে গান করিতেছে } + ত্রৈ (ত্রাণ করা) ড+ঈপ্। যিনি গায়ৎ অর্থাৎ গানকারীকে অর্থাৎ পাঠকারীকে ত্রাণ করেন অর্থাৎ উদ্ধার করেন তাঁহার নাম গায়ত্রী।

গায়ত্রীর অপর নাম সাবিত্রী অর্থাৎ যিনি প্রসব করেন; বিশ্ব-প্রসবিত্রী।

উপরোক্ত শ্লোকের সবিতুঃ এবং দেবস্য দুইটী পদ ষষ্ঠী বিভক্তি-যুক্ত হওয়ায় এবং তৎ ও ভর্গো এই দুইটী পদ দ্বিতীয়া বিভক্তি-যুক্ত হওয়ায় উহা পরস্পর সংযুক্ত হইলে—

নিম্নোক্তভাবে গদ্য হইবে—

সবিতুঃ দেবস্য বরেণ্যং তৎ ভর্গো ধীমহি

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ইহার অর্থ—প্রসবিতা-দেবের বরণীয় সেই জ্যোতিঃ-স্বরূপ (তৎ=পরব্রহ্ম) তাঁহাকে ধ্যান করি।

ধিয়ো য়ো নঃ প্রচোদয়াৎ—

ইহার অর্থ—ধিয়ো=ধিয়ঃ; বুদ্ধি; সম্বিৎ। য়ো=যঃ (যঃ ভর্গঃ) যিনি। নঃ (অস্মাকম্) আমাদিগের। প্রচোদয়াৎ= প্রেরয়তি; প্রেরণ করিতেছেন। যিনি আমাদিগের বুদ্ধি প্রেরণ করিতেছেন।

শব্দার্থ—সবিতুঃ (জগৎপ্রসবিতুঃ)। দেবস্য (দীপ্তিমতঃ)। বরেণ্যং (ভজনীয়ং)। তৎ (ব্রহ্মবোধকঃ শব্দঃ)। ভর্গঃ { (স্বয়ং জ্যোতিঃ পরমাত্মকং তেজঃ) (পরমাত্মকং জ্যোতিঃ) }। ধীমহি (মনসা ধারয়াম—ধ্যায়েম ইতি)। ধিয়ঃ (বুদ্ধীঃ) বুদ্ধি; সম্বিৎ। য়ো=যঃ (যঃ ভর্গঃ)। নঃ (অস্মাকং)। প্রচোদয়াৎ (প্রেরয়েৎ)।

ব্যাখ্যা=দীপ্তিমান্ জগৎপ্রসবিতার বরণীয় জ্যোতিঃ-স্বরূপ ব্রহ্ম ধ্যান করি; যিনি আমাদিগের বুদ্ধি অর্থাৎ সম্বিৎ প্রেরণ করিতেছেন বা দিতেছেন।

উচ্চারণ—সংস্কৃত ভাষায় 'য' এবং 'য়'-এর উচ্চারণ 'ইঅ'। সেজন্য গায়ত্রী মন্ত্রে যে সমস্ত 'ゥ' য-ফলা এবং য় আছে তাহার উচ্চারণ 'ইঅ' হইবে :—

যথা—তৎ সবিতুর্বরেণিঅং ভর্গো দেবসিঅ

ধীমহি ধিইঅো ইঅো নঃ প্রচোদইআৎ। *

* ইহাতে কেবলমাত্র উচ্চারণ-কৌশল প্রদর্শিত হইল।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

গায়ত্রীর অপর নাম সাবিত্রী=সবিতৃসম্বন্ধীয়া ; জনয়িতা ; উৎপাদক ; সূ (প্রসব করা)+তৃন্। ঈশ্বর ইত্যাদি।

৪। প্রাণায়াম—প্রাণ শব্দ—আ—যম্ (সংযত করা) ঘঞ্। বায়ু-পূরণ ; সমাধি-মার্গে আরোহণের উপায়। সপ্রণব সব্যাহৃতি গায়ত্রী আবৃত্তি বা গানে নিশ্বাস প্রশ্বাসে শ্বাসের প্রাণায়াম হয়। ধ্যানে মনের প্রাণায়াম হয়।

৫। যজ্ঞ—কর্ম্মকাণ্ডের অন্তর্গত। গান, আবৃত্তি বা জপক্রিয়াও যজ্ঞ। ধীমহি অর্থে—ধ্যান করি—ইহা ধ্যান কর্ম্ম—ইহাই মহাযজ্ঞ। ধ্যান অর্থে—চিন্তা, স্মরণ,—ইহা কেবল উচ্চারণ নয়। বিশ্বের যাহা কিছুর ধ্যান, সৃষ্টিরহস্যের ধ্যান, স্রষ্টার সৃষ্টিলীলার ধ্যান। সবিতুঃ দেবস্য বরেণ্যং অর্থাৎ প্রসবিতা-দেবের বরণীয়ের ধ্যান অর্থাৎ সৃষ্টিকর্ত্তার স্রষ্টার ধ্যান ; ইহাই সর্ব্বশ্রেষ্ঠ মনন যজ্ঞ।

সপ্রণব সব্যাহৃতি গায়ত্রী

ওঁ ভূঃ ভুবঃ স্বঃ মহঃ জনঃ তপঃ সত্যম্ তৎসবিতুর্বরেণ্যং ভর্গো দেবস্য ধীমহি ধিয়ো য়ো নঃ প্রচোদয়াৎ ওঁ

ইহার বঙ্গানুবাদ—

ভূঃ ভুবঃ স্বঃ মহঃ জনঃ তপঃ সত্যম্ সপ্তলোক অর্থাৎ বিশ্বব্রহ্মাণ্ডের প্রসবকর্ত্তা-দেবতার পূজ্য পরব্রহ্মবাচক প্রণবা-কারে অর্থাৎ সৃষ্টিস্থিতিপ্রলয়কারিণী শক্তির অভিন্ন আধার-স্বরূপে সর্ব্বত্র অবস্থিত দিব্যজ্যোতিঃ ধ্যান করি ; যে জ্যোতিঃ

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

সম্বিৎরূপে অর্থাৎ জ্ঞানচৈতন্যরূপে আমাদিগের বুদ্ধিকে (ধর্ম্মার্থকামমোক্ষে) প্রেরণ করিতেছেন।

যিনি জ্যোতির্ম্ময়, পরমজ্ঞানস্বরূপ, যাঁহার প্রেরণায় আমাদিগের জ্ঞানের স্ফুরণ, তাঁহারই প্রদত্ত জ্ঞানে, তাঁহাকেই আমরা ধ্যান করি। যিনি বিশ্বের প্রাণস্বরূপ, যাঁহার পূজায়, তাঁহা হইতেই উৎপন্ন মন, প্রাণ, জ্ঞান, বুদ্ধি, স্থূল, সূক্ষ্ম, গ্রহ, উপগ্রহ, অনন্ত সৌরজগৎ, ক্ষিতি, অপ্, তেজঃ, মরুৎ, ব্যোম, কর্ম্ম, সাধনা, চিন্তা, অনুভূতি, ভাব, উপলব্ধি, সাধন-বস্তু, সাধনফল, সাধক-অবস্থা অর্থাৎ অন্তর্বহিঃ সমূহ বিশ্ব সদা নিয়োজিত, যিনিই বিশ্ব, তাঁহাকে, তাঁহারই দেওয়া জ্ঞানের দ্বারা ধ্যান করি।

যিনি নিজেই নিজেকে বরণ করিতেছেন, যিনিই বহু হইয়া লীলায়িত হইতেছেন, আমিও যাঁহার অংশ, সেই অংশ আমি, বিরাট আমির উপলব্ধি করি; জীবাত্মার সহিত পরমাত্মার সম্বন্ধ ও অস্তিত্ব অনুভব করি। আমিই আমার পূজা করি। আমাতে আমি ছিলাম, আছি, থাকিব; আমিই শাশ্বত পরমানন্দ।

গায়ত্রীর লক্ষ্য— মননং বিশ্ববিজ্ঞানম্, ব্রহ্মচিন্তনম্, অত্মোপলব্ধিঃ।

ওঁ আপো জ্যোতিঃ রসোঽমৃতং ব্রহ্ম ভূর্ভুবঃ স্বরোঁ।

ইহা গায়ত্রীপাঠ-শেষে উক্তির মন্ত্র। প্রণব এবং ব্যাহৃতির

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ইতিপূর্ব্বে উল্লিখিত অর্থ দ্রষ্টব্য। তদবশিষ্ট পদসমূহের অর্থ নিম্নে বিবৃত হইল—

আপঃ=জলরাশি; আপোব্রহ্ম। জ্যোতিঃ=তেজঃ; চৈতন্য ইত্যাদি, দ্যুত্ (দীপ্তি পাওয়া)+ইস্; জ্যোতিঃ-স্বরূপম্। রসঃ=মাধুর্য্যাদি গুণ, শুক্রধাতু, দ্রব দ্রব্য, অনুরাগ, বিষ, অভিপ্রায়, ভোগ্যবস্তু, দেহস্থ গতিশীল ধাতুবিশেষ, রসনেন্দ্রিয় গ্রাহ্য ষড়্বিধ স্বাদ, ব্যবহারিক দশবিধ কাব্যোল্লিখিত শৃঙ্গারাদি রস; রসো বৈ সঃ—ব্রহ্ম রসস্বরূপ। অমৃতং=সুধা; যাহা পানে মরণ হয় না; যোগসাধনে সহস্রার হইতে নিঃসৃত সুখদ সর্ব্বসন্তাপহর ক্ষুধাতৃষ্ণানিবারক অপূর্ব্ব তরল পদার্থ; ভগবচ্চিন্তনকালে সর্ব্বশরীরে সঞ্চারিত অনির্ব্বচনীয় পুলক। ব্রহ্ম অমৃতস্বরূপম্। ব্রহ্ম—(ব্রহ্মন্) বৃন্হ্ (দীপ্তি পাওয়া, ব্যাপ্ত হওয়া ইত্যাদি)+মন্; পরমেশ্বর; তৎসৎ।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

গীতাপ্রসঙ্গ।

একমাত্র গীতাপাঠেও উপাসনা হয়। কিন্তু উহা কেবলমাত্র পঠন নয়। গীতোক্ত ভাব আয়ত্ব করিতে করিতে পাঠে উপাসনা হয়।

গীতার শ্লোকসমূহ আত্মপূজার মন্ত্রবিশেষ। মন্ত্র অর্থে মনে মনে বলা—ইহার ভাবার্থ,—মন্ত্রের ভাবসমূহ অন্তঃকরণের অনুভূতির সহিত পাঠ। তবেই তাহা মন্ত্ররূপে গণ্য হয়। গীতার একটীমাত্র শ্লোকের সর্ব্বাঙ্গীন সাধনেও সিদ্ধিলাভ হয়!

বহুজনকৃত ব্যাখ্যায় এবং বহুভাষায় ভাষান্তরিত হইয়া গীতা প্রচারিত হইতেছে। নানাজন নানারূপ ব্যাখ্যা করিয়াছেন, ঐ সমস্ত পাঠে জটিলতা বর্দ্ধিত হয়। কোন কোন ব্যাখ্যা পাঠ করিলে সাধারণভাবে উহাতে আকৃষ্ট হইতে হয়। কিন্তু তাহাতে ব্যাখ্যাকারের ভাবের প্রভাবে নিজ-ভাব প্রস্ফুটিত হইতে এবং পূর্ণ পরিণতি লাভ করিতে বাধা-প্রাপ্ত হয়। পরন্তু আত্মপ্রতিষ্ঠ হইতে পারিলে অপরের ব্যাখ্যায়ও রস পাওয়া যায়।

গীতার মূল কথা—'শ্রীভগবানুবাচ' এ কথার তাৎপর্য্য—ভগবান স্বয়ং বক্তা এবং অর্জ্জুনেচ্ছু মন শ্রোতা। ইহার মাঝে অপর কাহারও মধ্যস্থ থাকা অনুচিত। ভগবান যেহেতু

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

আমার তথা সকলের একান্ত আপন, এ অবস্থায় আমি যেহেতু ভাবগ্রহণেচ্ছু বা শ্রোতা, সেহেতু ভগবানের নিকট হইতেই আমি ভগবানের কথা শুনিব।

তিনি অমৃত, সদা সর্ব্বত্র স্থিত অতএব তাঁহার কথা শুনিতে হইলে, তাঁহাকে ডাকিয়া আনিয়া, অথবা তাঁহার নিকটে যাইয়া অর্থাৎ তৎসামীপ্যলাভে তাঁহার কথা শুনিলে; অথবা তিনি যদি আমিই হই, তবে আত্মস্থ হইতে পারিলে, তবেই তাঁহার কথা শুনা যায় এবং সে কথা বুঝা যায়। এবং তাহা নিজের কাজে লাগাইতে হইলে, তদবস্থায় নিজেকে অবস্থান্তরিত হইতে হয়। তবেই তাঁহার কথার মর্ম্ম বা গীতার মর্ম্মকথা উপলব্ধি হয়। তবেই তাহা কার্য্যকরী হয়। নচেৎ সাধারণ মানব—অবস্থায়, মানুষের নিকট হইতে যাহা শুনিব, তাহা মানুষের কথারূপে গণ্য হয়—ভগবানের কথা হয় না। অপরের নিকট হইতে গীতা শ্রবণ করিলে অথবা অপরের কৃত গীতার ব্যাখ্যা পাঠ করিলে তাহা ভগবানের কথা থাকে না। উক্ত বক্তা এবং ব্যাখ্যাকারের ভাব, তাহাতে সন্নিবিষ্ট হইয়া উহা ভগবদ্ভাব হইতে বিচ্ছিন্ন হইয়া, তাহা ঐ বক্তা বা ব্যাখ্যাকার মানুষের ভাব হইয়া পড়ে।

গীতা স্থূলতঃ কৃষ্ণার্জ্জুন-সংবাদ নামে প্রচারিত। উহা যদি কুরুক্ষেত্র নামক দ্বাপরের যুদ্ধক্ষেত্রে অর্জ্জুনের প্রতি তাঁহার সারথি কৃষ্ণের তৎকালোপযোগী উপদেশ মাত্র হইত, তবে তাহার আবশ্যকতা ঐ ক্ষেত্রেই শেষ হইয়া যাইত। মানব-

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

জগতের সহিত যুগযুগান্তরব্যাপী যখন তাহার সম্বন্ধ রহিয়াছে, তখন উহার উদ্দেশ্য লক্ষ্য করিতে হইলে, কিভাবে উহা লক্ষ্য করিতে হইবে, তাহা নির্ণয় করা উচিত।

গীতা মূলতঃ, বিশালবুদ্ধি মহর্ষি কৃষ্ণদ্বৈপায়ন বেদব্যাস-বিরচিত হইলেও উহা যে তাঁহার একান্ত ভগবৎ-প্রেরণালব্ধ, তাহা কিঞ্চিন্মাত্র অনুধাবন করিলে স্পষ্ট বোধ হয় এবং সেজন্যই তিনি উহা নিজের বক্তব্যরূপে প্রকাশ করেন নাই। কৃষ্ণকে প্রধান অভিনেতা করিয়াও তাঁহার মুখ দিয়া গীতোক্ত ভগবদ্বাক্যসমূহ না বলাইয়া, কৃষ্ণকে ভগবানে রূপান্তরিত করিয়া উক্ত বক্তব্যসমূহ শ্রীভগবানুবাচ-রূপে প্রকাশ করিয়াছেন। লেখকগণ সচরাচর অভিনয়কারীর প্রমুখাৎ নিজভাব প্রকাশ করিয়া থাকেন, কিন্তু এক্ষেত্রে রচয়িতা এবং পাত্র উভয়ের অস্তিত্ব সম্পূর্ণ বিলোপসাধনে বক্তব্য বিষয়সমূহ যে ভগবৎ-প্রেরণালব্ধ তাহা কৃতজ্ঞতাস্বীকারোক্তিতে ব্যাসদেব স্পষ্টভাবে শ্রীভগবানুবাচ বারংবার উল্লেখ করিয়াছেন।

এমত অবস্থায় ঐ সমস্ত মহাবাক্যের সহিত অপর যে কোন ব্যক্তিকে সম্পর্কিত হইতে দেওয়া সমীচীন হইবে না। যেখানে ব্যাসদেব নিজে অপ্রকাশিত এবং দ্বিতীয় অধ্যায় অর্থাৎ তত্ত্বকথার প্রারম্ভ হইতে প্রধান নায়ক শ্রীকৃষ্ণ লুপ্ত, তথায় ভগবান ব্যতীত অপর কাহারও প্রবেশাধিকার অথবা হস্তক্ষেপ স্বীকৃত হইলে তাহা অসঙ্গত হয়।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ভগবদ্ভাবে মণ্ডিত হইয়া ভগবানের কথা শুনিতে বা বুঝিতে হয়। ভগবানের স্তরেই ভগবানের কথা শুনিতে বা বুঝিতে পারিবার যোগ্যতা অর্জ্জিত হয়।

ব্যাকুল উৎকণ্ঠা লইয়া উচ্চৈঃস্বরে শ্লোক আবৃত্তি দ্বারা তৎপ্রেরণালব্ধ অবস্থায় গীতার শ্লোকার্থ বোধগম্য হয়। তদবস্থায় স্বতঃস্ফূর্ত্ত হইয়া যে ভাব উপলব্ধি হয় তাহাই ভগবৎ-প্রেরণালব্ধ জ্ঞান, তাহাই ভগবানের কথা, তাহাই 'শ্রীভগবানুবাচ'। ঐ অবস্থায় একই শ্লোকের নব নব অভিনব ব্যাখ্যার উপলব্ধিতে আস্তিক্য-ভাব মনপ্রাণে ভরপুর হইয়া উঠে।

অনৌচিত্য এবং অক্ষমতা সত্ত্বেও ভগবানের শ্রীমুখনিঃসৃত একটী শ্লোক উল্লিখিত ধারণার সমর্থন জন্য উদ্ধৃত করিলাম—

শ্রেয়ান্ স্বধর্ম্মো বিগুণঃ পরধর্ম্মাৎ স্বনুষ্ঠিতাৎ
স্বধর্ম্মে নিধনং শ্রেয়ঃ পরধর্ম্মো ভয়াবহঃ ॥ ৩।৩৫

প্রত্যেকের নিজ ধারণার উপর নির্ভর করিবার জন্য ব্যক্ত হইয়াছে, 'শ্রেয়ান্ স্বধর্ম্মো' = স্বধর্ম্মই শ্রেয়ঃ, ইহাই এই শ্লোকের মূল কথা। পাছে মূলকথা বুঝিবার অসুবিধা হয় সেজন্য একই কথা অপররূপে এবং পরোক্ষ তাৎপর্য্যে পুনরাবৃত্তি দ্বারা ব্যক্ত হইয়াছে। যেহেতু শ্রেয়ঃ শব্দ তুলনামূলক, সেহেতু কি অপেক্ষা শ্রেয়ঃ তাহা বলিয়া, মূল কথাই প্রতিষ্ঠিত করা হইয়াছে। 'বিগুণঃ পরধর্ম্মাৎ স্বনুষ্ঠিতাৎ' = অপরের ধর্ম্ম সুন্দরভাবে অনুষ্ঠিত হইলেও, অপরের ব্যাখ্যা সুন্দররূপে ব্যক্ত

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

হইলেও, তাহা গুণহীন অর্থাৎ অপকারক ; ইহারও পরোক্ষ তাৎপর্য্য—ঐ মূলকথা 'শ্রেয়ান্ স্বধর্ম্মো'। 'স্বধর্ম্মে নিধনং শ্রেয়ঃ' = স্বধর্ম্মে বিনষ্ট হওয়াও ভাল। নিজের ধারণার বশবর্ত্তী সত্যপথে অগ্রসর হইয়া ক্ষতিগ্রস্ত হওয়াও ভাল। নিজ অন্তরাত্মার প্রেরণায় কর্ত্তব্যসাধনে মৃত্যুবরণ করাও ভাল, ইহাও মূল 'শ্রেয়ান্ স্বধর্ম্মো' বাক্যেরই পরোক্ষ পুনরুক্তি। 'পরধর্ম্মো ভয়াবহঃ' = পরের ধর্ম্ম ভীতিজনক অর্থাৎ ভয় উৎপাদনকারী অর্থাৎ বাধাস্বরূপ। ইহাও মূল 'শ্রেয়ান্ স্বধর্ম্মো' কথা রই পরোক্ষ প্রকাশ।

ইহাতে দেখা যাইতেছে—একই কথা বুঝাইতে—তাহা বুঝিবার অসুবিধা দূর করিতে পৃথক্‌ভাবে একই কথা উল্লিখিত হইয়াছে ; এজন্য লক্ষ্য হয়, প্রত্যেক বাক্য বুঝাইতে এই যে প্রচেষ্টা, ইহার মধ্যে অত্যন্ত আপনজনোচিত ভালবাসা নিহিত। ভালবাসার পাত্রকে একই কথা নানারূপে বলিয়া হৃদয়ঙ্গম করাইবার ইহাই যথার্থ প্রয়াস। ইহা যেন কাঁদিয়া কাঁদিয়া অত্যন্ত অনুরোধের সহিত বলা হইতেছে যে, মানুষ তুমি তোমার নিজের জ্ঞান বিবর্দ্ধন করিয়া উন্নত হও। তোমার নিজের মধ্যেই সব আছে। তোমার নিজাত্মা জীবাত্মাই পরমাত্মা। নিজেকে অবলম্বন করিয়াই মানুষ ঈশত্বে অবস্থান্তরিত হও।

স্বধর্ম্ম—, স্ব = নিজ ; আত্মা ইত্যাদি। ধর্ম্ম = যাহা ধারণ

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

করে ; মুক্তিবাদিমতে—মনুষ্যের কর্ত্তব্য সম্পাদনই ধর্ম্ম। জ্ঞানবাদিমতে—মনের যে প্রবৃত্তি দ্বারা পরমাত্মার প্রতি ভক্তি জন্মে তাহাই ধর্ম্ম।

অতএব দেখা যাইতেছে—নিজ মনের যে প্রবৃত্তি দ্বারা পরমাত্মার প্রতি ভক্তি জন্মে তাহা নিবেদনে অর্থাৎ নিজ বিবেকের অনুজ্ঞা অনুযায়ী কর্ত্তব্য সম্পাদনই ধর্ম্ম। ইহাই নিজের মধ্যে ভগবানকে লক্ষ্য করিয়া তাঁহার কথা শুনা,—ইহাই ভগবদ্গীতা শ্রবণ।

শ্রীমদ্ভগবদ্গীতা কি ? শ্রী+মৎ+ভগবৎ+গীতা।

কথা ত', কথার কথা ; কথায় ছন্দ ও সুর তাল সংযুক্ত হইলে তাহা গান হয়। গান গীত হইলে অর্থাৎ গাওয়া হইলে তাহা গীত পদবাচ্য হয়, এজন্য শুদ্ধ ভাষায় গানকে গীত বলে। গান তখনই শুদ্ধ হয়, তাহা যখন ভগবানের গান হয়। গানকে শুদ্ধ করিবার উপায়—তাহাতে ভগবদ্ভাব সংযুক্ত করা। প্রবাদ আছে, 'কানু ছাড়া গীত নাই'। গীত অর্থে কানাই-এর গীত। কানাই=(কা=সর্ব্ব ; নাই=স্নেহ, অত্যাদর) সর্ব্বে স্নেহময়। সর্ব্বে-স্নেহময় ভগবানের গীতই ভগবদ্গীতা, তাহা যে কত—('মৎ' অর্থে) মহণীয় এবং ('শ্রী' অর্থে) ঐশ্বর্য্যমণ্ডিত—তাহাই প্রকাশ করিবার জন্য শ্রীমদ্ভগবদ্গীতা।

গীতা ভগবাঁন বিষয়ক গান, ভগবানের নিজ মুখ-নিঃসৃত গান, ভগবদ্ভাবময় হইবার গান। মানুষের কথা,

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

কথা মাত্র; তাহা সুরব্রহ্ম সংযুক্ত হইলে গান হয়। শ্রীমণ্ডিত ভগবানের মুখনিঃসৃত গান শুনিতে হইলে ভগবৎ-শ্রীমণ্ডিত হইয়া শুনিতে হয়—এবং যাহা শুনিলে ভগবৎশ্রীমণ্ডিত হওয়া যায়—তাহাই শ্রীমদ্ভগবদ্গীতা।

ভগবান যাহা বলেন তাহাই গীতা, তাঁহার শ্রীমুখের বাণীই গীতা। সাধনা উপাসনায় পুলকশিহরণে তৎসান্নিধ্যবোধে সমাহিত হইয়া যে প্রেরণা অনুভূত হয় তাহাই স্বভাব-গায়ক ভগবানের গীতের সুর,—তাহাই ভগবান,—তাহাই নিরবচ্ছিন্ন, অনাহত নাদব্রহ্ম ওঁকার; সেই সুরের অনুভূতিই গীতামৃত পান। গীতায় যে সমস্ত ভাবময় শ্লোক আছে তাহার সূক্ষ্মভাবসমূহ ভাবময় অবস্থায় লক্ষ্য করিবার সময় যে পরমজ্ঞানময় ভাবাবেশ হয়, তাহাই ভগবৎ-সান্নিধ্য; ঐ অবস্থায় পঠন ও মননে গীতার যে অর্থ উপলব্ধি হয় তাহাই গীতার ভগবানকৃত ব্যাখ্যা, তাহার উপলব্ধিই ভগবানের নিকট হইতে ভগবানকৃত ব্যাখ্যা শ্রবণ। এমতভাবে গীতা পাঠেই উপাসনা হয়।

গীতা—কৃষ্ণার্জ্জুন-সংবাদ, যোগেশ্বর-ধনুর্ধর-সংবাদ, সন্ন্যাস-গার্হস্থ্য-সংবাদ, নারায়ণ-নর-সংবাদ, ধর্ম্ম-কর্ম্ম-সংবাদ, নৈষ্কর্ম্ম্য-কর্ম্ম-সংবাদ, ব্রহ্ম ও মায়ার সমন্বয়-সংবাদ, গোলোক ভূলোকসমন্বয়-সংবাদ, চিৎ ও মৃৎ, অদ্বৈত ও দ্বৈত, আস্তিক্য ও নাস্তিক্যসমন্বয়-সংবাদ।

নারায়ণ ও নরের এই সংবাদে বিশ্বের অধিবাসী

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

নরের সহিত বিশ্বরূপে প্রকাশমান তথা অবাঙ্মনসোগোচর বিশ্বেশ্বর নারায়ণের সম্পর্ক স্থাপন অর্থাৎ তাঁহার সহিত আমার বুঝাপড়াই শ্রীমদ্ভগবদ্গীতা।

দেহাদিভাবাপন্ন মায়ামোহাদিগ্রস্ত নরের অতৃপ্ত মনে প্রশ্ন উঠিল, তাহাই ধৃতরাষ্ট্র উবাচ। যিনি রাষ্ট্র ধরিয়া আছেন অর্থাৎ যিনি জন্ম মরণ গতিশীল জগৎ আঁকড়াইয়া আছেন,—যিনি এই মায়ামোহাদি-সম্পন্ন মানবজীবনকেই সর্ব্বস্ব ভাবিয়া বিষয়মোহে অন্ধ, তিনিই ধৃতরাষ্ট্র; তদবস্থায় মানবের জড় মনের জিজ্ঞাস্যই—ধৃতরাষ্ট্র উবাচ।

ধৃতরাষ্ট্র কহিলেন—

ধর্ম্মক্ষেত্রে কুরুক্ষেত্রে সমবেতা যুযুৎসবঃ।
মামকাঃ পাণ্ডবাশ্চৈব কিমকুর্ব্বত সঞ্জয়॥ ১।১

হে সঞ্জয়, যুদ্ধাভিলাষী মৎপুত্রগণ এবং পাণ্ডুপুত্রগণ ধর্ম্মক্ষেত্রে কুরুক্ষেত্রে সমবেত হইয়া কি করিলেন?

সম্যক্ অর্থাৎ সৎ ও অসৎ উভয়কে জয় অর্থাৎ উভয় অবস্থা হইতে উত্তীর্ণ হইলে মনের যে অবস্থা,—তাহাই সঞ্জয়। ধৃতরাষ্ট্র অর্থাৎ জাগতিক মায়ামোহাদি জড়িত মন। সঞ্জয় অর্থে,—সম্ (সম্যক্, সঙ্গত, সামীপ্য, সংযোগ ইত্যাদি) —জি (জয় করা)+অন্। মায়ামোহ আবদ্ধ এবং অতিক্রম এতদুভয় অবস্থার অতীত—অবস্থালাভজন্য উক্ত দুই প্রকার অবস্থার পরস্পরের আলোচনা,—ধৃতরাষ্ট্র সঞ্জয় কথোপকথন। মায়ামোহাদিগ্রস্ত মন, উক্ত সম্যক্ অধিকারী

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

মনকে জিজ্ঞাসা করিল—আমি এতদিন (মামকাঃ) যাহাদিগকে আমার আপনজন স্থির করিয়া লইয়াছিলাম তৎসহিত (পাণ্ডব) আমারই ভ্রাতুষ্পুত্রগণের মধ্যে যে দ্বন্দ্ব, আলোড়ন, যুদ্ধ ইহার ফলাফল কি ? ইহার মীমাংসা কি ? যাহা এতদিন ধরিয়া রহিয়াছিলাম সেই ধর্ম্মক্ষেত্র তাহাই কর্ম্মক্ষেত্র অর্থাৎ উহাতে তদতিরিক্ত আরও যে কর্ম্ম (সুকর্ম্ম) করা যায় এরূপ বোধ হইতেছে—ঐ অতৃপ্তি ও তৃপ্তির ইঙ্গিত পাইয়া তাহার অতীত অবস্থা লাভ করিবার যে আকাঙ্ক্ষা তাহা পূরণের কাহিনীই শ্রীমদ্ভগবদ্গীতা।

গীতা-কথা এইখানেই শেষ করিতেছি, কারণ এইভাবে যদি গীতার ব্যাখ্যা করিতে থাকি তবে ভগবানের গীত, মানুষের কথায় পর্য্যবসিত হইবে।

জাগতিক পাপপুণ্য এবং সাধারণ জ্ঞান বিজ্ঞান এবং প্রচলিত নীতিবাদের অতীত হইতে না পারিলে যে ব্রহ্মজ্ঞান হয় না তাহারই সামঞ্জস্যে গীতায় দ্রোণাচার্য্য গুরু, পরম শ্রদ্ধেয় আবাল্য ব্রহ্মচারী পিতামহ নীতিবিদ্ ভীষ্মদেব প্রভৃতি একান্ত গুরুজন আত্মীয় স্বজনগণকে নিহত করিবার যে অনুজ্ঞা আছে, তাহা একান্ত ভগবদ্ভাবে গ্রহণ না করিলে পাছে গীতা সম্বন্ধে বিপরীত বুদ্ধি জন্মে তজ্জন্য নিজের ধারণার ইঙ্গিত মাত্র ইহাতে রহিল।

পরিশেষে গীতার জন্ম-কথা, ধারণানুযায়ী বলিয়া প্রসঙ্গ শেষ করিব। যাহার ফলে কুরুক্ষেত্রের যুদ্ধ, যে যুদ্ধের

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

প্রারম্ভে উপদেশচ্ছলে গীতার জন্ম, যাহা সম্পূর্ণ মহাভারতের বীজ-স্বরূপ তাহা তদনুরূপ সূক্ষ্ম দৃষ্টিতে লক্ষ্য করিলে বোধগম্য হইবে যে গীতার জন্মকথা দ্রৌপদীর বস্ত্রহরণ কাহিনীতে নিবদ্ধ। যে দ্রৌপদী—রাণী, যিনি রাজকন্যা, যিনি রাজ-বধূ, যাঁহার একজন নহে—পাঁচজন স্বামী জীবিত এবং যাঁহারা সর্ব্ববিষয়ে গুণী, জ্ঞানী, বীরশ্রেষ্ঠ,—যাঁহার সবকিছু বিশেষভাবে বর্ত্তমান সত্ত্বেও, নারীর পক্ষে একান্ত প্রচ্ছন্নে কালক্ষেপ করিবার অবস্থায় লাঞ্ছিত এবং নির্য্যাতিত ভাবে আকর্ষিত হইয়া বহু ঐশ্বর্য্যসম্পন্ন উক্ত স্বামীগণ, আত্মীয় স্বজন ও গুরুজন এবং স্নেহভাজন সকলের সমক্ষে, রাজ-সভায়—সকলে বর্ত্তমান থাকা সত্ত্বেও তৎসমূহজনের সহায়তা-লাভে বঞ্চিত একান্ত নিঃস্ব অবস্থায়, এমন কি নিজের তুচ্ছ শেষ শক্তি প্রয়োগে ব্যর্থ হইয়া একান্ত দীন অবস্থায় যখন বুঝিয়াছিলেন যে বিশ্বে জড় মন অবলম্বনে যাহাকিছু দেখিতেছি ভাবিতেছি—ইহারা আমার কেহ নয়—এ সমস্ত কিছুই নয়,—একমাত্র ভগবানই আছেন ইহা লক্ষ্য করিতে পারিয়া, আমার আমিত্ব বর্জ্জনে, নিজের শক্তির মোহ পর্য্যন্ত ত্যাগ করিতে পারিয়া, আমিত্বের সম্পূর্ণ নিবেদনে, বিশ্বব্যাপ্ত ভগবানকে অনন্ত অসীম বস্ত্ররূপে লাভ করিয়া নারীর পক্ষে সর্ব্বনিকৃষ্ট অপমান হইতে রক্ষা পাইয়াছিলেন—ইহাই পরম কারুণিক একমাত্র অসীম ভগবানের মাত্র ব্যাপক অস্তিত্বের উপলব্ধি। ইহাই পরম আস্তিক্য জ্ঞান। আমাকে অবলম্বন

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

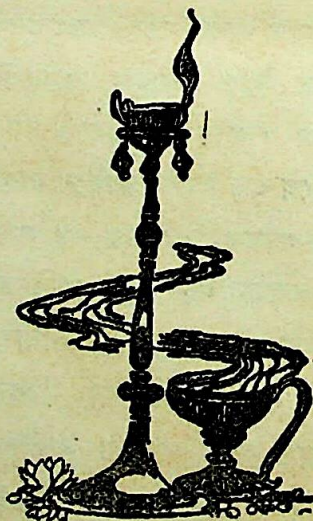
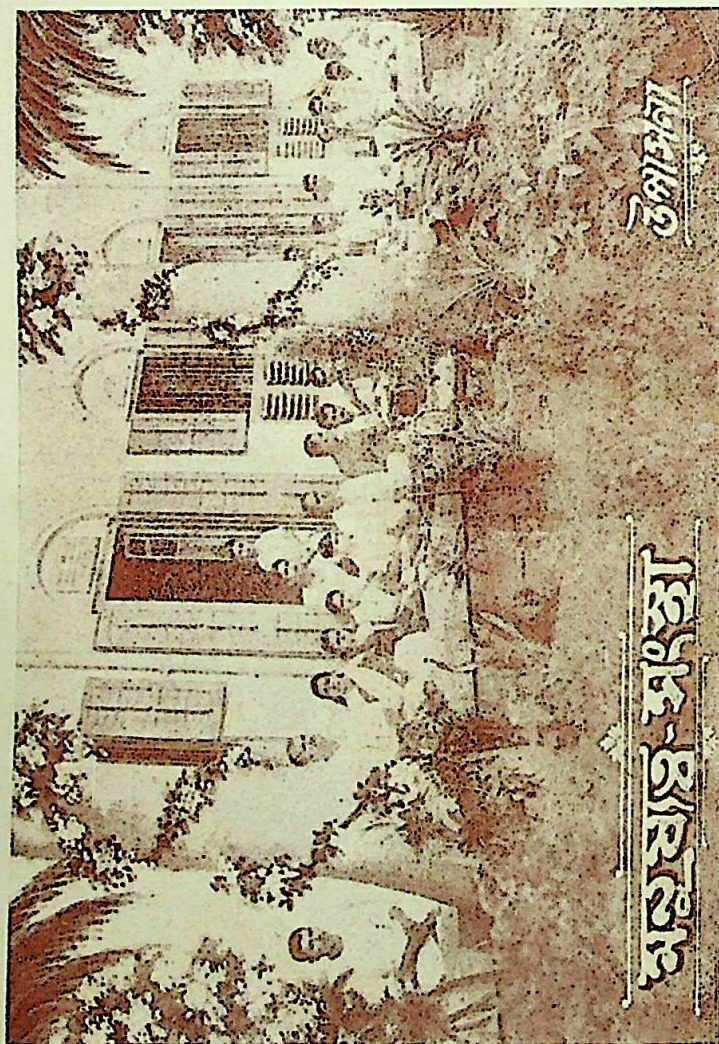
করিয়া আমাতেই অসীম ভগবানের ব্যাপ্তি, ইহাই সত্যবোধ, ইহাই ব্রহ্ম জ্ঞান। আমি বা ভগবান ব্যতীত আর কিছু ছিল না, নাই, হইবে না—তথা মাত্র ভগবানই ছিলেন, ভগবানই আছেন, ভগবানই থাকিবেন। ভগবানই ছিলেন-আছেন-থাকিবেন এই অবস্থার মিলনে ভগবানই চিরবর্ত্তমান। ইহাই শ্রীমদ্ভগবদ্গীতার মূল কথা—ইহাই শ্রীমদ্ভগবদ্গীতা।

সমাপ্ত

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

মনুষ্যত্ব সংস্থার উপাসনা

সংস্থার উপাসকগণ প্রত্যহ ব্রাহ্ম-মুহূর্ত্তে মিলিত হইয়া সাধক, ঋষি, মুনি এবং সুধীজনের প্রচারিত স্তোত্র, শ্লোক, স্তব, পদ্য ও সঙ্গীতাদি অবলম্বনে উপাসনা করেন। উপাসনার পূর্ব্বে যথাসম্ভব স্নাত অথবা পরিষ্কৃত অবস্থায় পূর্ব্বাস্য হইয়া আসনে সারি দিয়া উপবেশন করিয়া উপাসনা রত হন। সুগন্ধি পুষ্প, এবং সুগন্ধ-ধূমের আয়োজন থাকে। পূর্ব্ব-উন্মুক্ত, বৃক্ষলতাদি পরিবৃত, পরিষ্কৃত, পবিত্র স্থানে আসন করা হয়। সুর সংযোগে ভারতীয় স্তোত্র, বাক্যাদি উচ্চারণ ও সঙ্গীত হয়। পরিশেষে জার্ম্মান সাধকের সঙ্কলিত ইউরোপীয় কবিগণের নীতিবাক্যের আধ্যাত্মিক ব্যাখ্যা হয়।

মনপ্রাণ ভগবদ্ভাবময় করিবার উৎকণ্ঠা লইয়া উপাসনায় বসিতে হয়। মনে মনে প্রত্যেক বাক্যের অর্থ করিয়া তদ্ভাবময় হইতে পারিলে তবেই উপাসনার উদ্দেশ্য সাধিত হয়। উচ্চারিত শব্দাদির ভাবে, দেহমনপ্রাণ পুলক শিহরণে, অশ্রু নির্গত হইলে— তবেই বুঝা যাইবে উপাসনা কার্য্যকরী— হইতেছে!

দেহমনপ্রাণকে উক্তভাবে ভরপুর করিতে পারিলে আত্মা পরিশুদ্ধ হইয়া জগতের সমস্তের সহিত নিজত্বকে মিশাইয়া দিয়া পরমাত্মায় প্রতিষ্ঠিত হইতে পারা যায়।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

সংস্থার উপাসনায় সাধারণতঃ উচ্চারণ অথবা সুর সংযোগে স্তোত্রাদি একজন প্রয়োগ করিতে থাকেন—অপর সকলে তাহা শুনিয়া এবং মনে মনে জপদ্বারা উপাসনারত হন। আবশ্যক-বোধে মাঝে মাঝে ব্যাখ্যা করা হয়।*

উপাসনার ছন্দ ও স্তোত্রাদি
(অধিকাংশ সঙ্কলিত)

"সুন্দর হৃদিরঞ্জন তুমি নন্দন-ফুলহার
তুমি অনন্ত নব-বসন্ত অন্তরে আমার"

— * —

নারায়ণং নমস্কৃত্য নরঞ্চৈব নরোত্তমম্ ।
দেবীং সরস্বতীঞ্চৈব ততোজয়মুদীরয়েৎ ॥ গীতা, ম -১২
ভগবান—ভগবান—ভগবান—ভগবান ।

— * —

নবগ্রহ-স্তোত্রম্

জবা-কুসুম-সঙ্কাশং কাশ্যপেয়ং মহাদ্যুতিম্ ।
ধ্বান্তারিং সর্ব্বপাপঘ্নং প্রণতোঽস্মি দিবাকরম্ ॥

---

* উপাসনাকালে পানীয় জল, পিক্‌দানী ও গামছা নিকটে রাখা উচিত। মুখে প্রশ্বাস টানিয়া, নাসিকায় নিশ্বাস ছাড়িয়া (উচ্চারণে যাহা সহজভাবে হইয়া থাকে) নাম জপে ফুস্‌ফুসের কাজ ভাল হয়, এমন কি হাঁপানীর কষ্ট লাঘব হয়। মুখ সরু করিয়া মুখের দ্বারা প্রশ্বাস টানিয়া নাকের দ্বারা নিশ্বাসত্যাগকরণ "কাকীমুদ্রা"—এ সকল সহজ প্রাণায়াম।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

দিব্যশঙ্খতুষারাভং ক্ষীরোদার্ণবসম্ভবম্।
নমামি শশিনং ভক্ত্যা শম্ভোর্মুকুটভূষণম্॥
ধরণীগর্ভসম্ভূতং বিদ্যুৎপুঞ্জসমপ্রভম্।
কুমারং শক্তিহস্তঞ্চ লোহিতাঙ্গং নমাম্যহম্॥
প্রিয়ঙ্গুকলিকাশ্যামং রূপেণাপ্রতিমং বুধম্।
সৌম্যং সর্ব্বগুণোপেতং নমামি শশিনঃ সুতম্॥
দেবতানামৃষীণাঞ্চ গুরুং কনকসন্নিভম্।
বন্দ্যভূতং ত্রিলোকেশং তং নমামি বৃহস্পতিম্॥
হিমকুন্দ-মৃণালাভং দৈত্যানাং পরমং গুরুম্।
সর্ব্বশাস্ত্রপ্রবক্তারং ভার্গবং প্রণমাম্যহম্॥
নীলাঞ্জনচয়প্রখ্যং রবিস্মূনুং মহাগ্রহম্।
ছায়ায়া গর্ভসম্ভূতং বন্দে ভক্ত্যা শনৈশ্চরম্॥
অর্দ্ধকায়ং মহাঘোরং চন্দ্রাদিত্যবিমর্দ্দকম্।
সিংহিকায়াঃসুতং রৌদ্রং তং রাহুং প্রণমাম্যহম্।
পলালধূমসঙ্কাশং তারাগ্রহবিমর্দ্দকম্।
রৌদ্রং রুদ্রাত্মকং ক্রূরং তং কেতুং প্রণমাম্যহম্॥
ব্যাসেনোক্তমিদং স্তোত্রং যঃ পঠেৎ প্রযতঃ শুচিঃ॥
দিবা বা যদি বা রাত্রৌ শান্তিস্তস্য ন সংশয়ঃ॥"
ঐশ্বর্য্যমতুলঞ্চাপি আরোগ্যং পুষ্টির্বর্দ্ধনম্।
নরনারীপ্রিয়ত্বঞ্চ নিত্যং তস্যোপজায়তে॥
তক্ষকোঽগ্নির্যমোবায়ু-র্যেচান্যে গ্রহপীড়কাঃ।
তে সর্ব্বে প্রশমং যান্তি ব্যাসো ব্রূয়ান্নসংশয়ঃ॥
ইতি ব্যাসভাষিতং নবগ্রহ-স্তোত্রং সম্পূর্ণম্।

— ০ —

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

হরের্নাম হরের্নাম হরের্নামৈব কেবলম্
নাস্ত্যেব নাস্ত্যেব নাস্ত্যেব গতিরন্যথা।

— ० —

নাম জপো, নাম জপো, নাম জপো, জপো নাম,
যো জপেগা, ওহি করেগা আপনা কাম।
প্যারো, নাম জপো, নাম জপো, নাম জপো, জপো নাম।
কুন্‌কী আয়া, কুন্‌কী মায়া, কুন্‌কী করম্ পরমাদ্,
রামজীকি নাম লেনেসে, ঘুচেগি অবসাদ।
হাম্ভে তুম্ভে, খড়্গ খম্ভে, সব্‌মে ব্যাপে রাম,
হাঁজী হাঁজী কর্‌তে রহো রহিও আপনা ধাম।
প্যারো, রাম ভজো, রাম ভজো, রাম ভজো, ভজো রাম।
রাম রসসে জীবন ভর্‌লে, ছোড় দেও ঝুঠা কাম্।

— ० —

রামং লক্ষ্মণ-পূর্ব্বজং রঘুবরং সীতাপতিং সুন্দরং
কাকুৎস্থং করুণাময়ং গুণনিধিং বিপ্রপ্রিয়ং ধার্ম্মিকম্।
রাজেন্দ্রং সত্যসন্ধং দশরথতনয়ং শ্যামলং শান্তমূর্ত্তিং
বন্দে লোকাভিরামং রঘুকুলতিলকং রাঘবং রাবণারিম্।

—রামায়ণ—

— ० —

সবদিন বরাবর নাহি যাতা হো
ইন্দ্র আদি করি সুরনরদানব ত্রিপুরা জিনিলা
দশমুণ্ডা হো—

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ওহি লঙ্কাপতি দৈব হরিল মতি
বিপদ সময় যব ভেলা—
বনচর-বানর চরণ-ঘাত কত দেলা হো
সবদিন বরাবর নাহি যাতা হো। —তুলসীদাস—

— ০ —

হরে রাম হরে রাম রাম রাম হরে হরে
হরে কৃষ্ণ হরে কৃষ্ণ কৃষ্ণ কৃষ্ণ হরে হরে। *

— ০ —

রঘুপতি রাঘব রাজারাম পতিতপাবন সীতারাম।
রঘুপতি রাঘব রাজারাম পতিতপাবন সীতারাম।

— ০ —

* এই তারকব্রহ্ম নামের ছন্দ—"হরে রাম ইত্যাদি" প্রথমে এবং "হরে কৃষ্ণ ইত্যাদি" তৎপরে হইবে; কারণ অনন্তকাল ধারণা করিবার জন্য ত্রেতার রামলীলা প্রথমে এবং দ্বাপরের কৃষ্ণলীলা পরে কীর্ত্তন করিয়া মনমধ্যে অনন্তকাল-ব্রহ্ম ধারণা করিতে হয়। সূর্য্য চন্দ্রাদি গ্রহ তথা দিবা রাত্রিকে বাদ দিয়া অনন্ত মহাকাল ব্রহ্ম ধারণা হয়। কাল-ব্রহ্মকে ছাড়িয়া কোন-কিছু সম্ভব নয়, যেমন ভগবানকে ছাড়িয়া কিছুই হয় না অতএব মহাকাল যে ব্রহ্মেরই বিশেষ রূপ তাহা লক্ষ্য হয়।

'হরে কৃষ্ণ' ছন্দও পূর্ব্বে জপের বিধি আছে—তাহা ত্রেতা ও দ্বাপর যুগের অতীত কথা। ঐ কৃষ্ণ শব্দের ব্যুৎপত্তি—কর্ষণ বা আকর্ষণে হরি সংযোগ। পরে রাম অর্থে যিনি পরমা-প্রকৃতি (সৃষ্টি) সহ রমণে চির-নিযুক্ত—ব্রহ্ম। কর্ষণ ও আকর্ষণ দ্বারা ব্রহ্ম বোধ। কর্ষণ ও আকর্ষণে অর্থাৎ উপাসনা অবলম্বনে অর্থাৎ নাম জপ বা কীর্ত্তন দ্বারা ব্রহ্মানুভূতি।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

গোবিন্দং গোকুলানন্দং গোপালং গোপীবল্লভম্।
গোবৰ্দ্ধনধরং ধীরং তং বন্দে গোমতীপ্রিয়ম্॥
নারায়ণং নিরাকারং নরবীরং নরোত্তমম্।
নৃসিংহং নাগনাথঞ্চ তং বন্দে নরকান্তকম্॥
পীতাম্বরং পদ্মনাভং পদ্মাক্ষং পুরুষোত্তমম্।
পবিত্রং পরমানন্দং তং বন্দে পরমেশ্বরম্॥—শঙ্করাচার্য্য—

— ০ —

পিতা স্বর্গঃ পিতা ধর্ম্মঃ পিতা হি পরমন্তপঃ।
পিতরি প্রীতিমাপন্নে প্রীয়ন্তে সর্ব্বদেবতাঃ॥ *

— ০ —

জননী জন্মভূমিশ্চ স্বর্গাদপি গরীয়সী—মহীয়সী॥
স্বদেশানুরাগে যেই জন জাগে,
অতি মহাপাপী হ'ক না সে কেন,
তবু সে মহাজন—সার্থক জনম তাঁহারই জেনো।

— ০ —

ন তাতো ন মাতা ন বন্ধুর্ন দাতা
ন পুত্রো ন পুত্রী ন ভৃত্যো ন ভর্ত্তা।
ন জায়া ন বিদ্যা ন বৃত্তির্মমৈব
গতিস্ত্বং গতিস্ত্বং ত্বমেকা ভবানি॥
ভবাব্ধাবপারে মহাদুঃখভারে
প্রপাতঃ প্রকামী প্রলোভী প্রমত্তঃ।
কুসংসার-পাশ-প্রবদ্ধঃ সদাহং
গতিস্ত্বং গতিস্ত্বং ত্বমেকা ভবানি॥—শঙ্করাচার্য্য—

— ০ —

* পিতা অর্থে জনক জননী উভয় এবং পরমপিতা ইত্যাদি।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ব্রহ্ম-গায়ত্রী

ওঁ ভূঃ ভুবঃ স্বঃ মহঃ জনঃ তপঃ সত্যম্
তৎ সবিতুর্বরেণ্যং ভর্গো দেবস্য ধীমহি
ধিয়ো য়ো নঃ প্রচোদয়াৎ ওঁ।

'ভূঃ ভুবঃ স্বঃ মহঃ জনঃ তপঃ সত্যম্ সপ্তলোক অর্থাৎ বিশ্ব-ব্রহ্মাণ্ডের প্রসব-কর্ত্তা-দেবতার-পূজ্য, পর-ব্রহ্ম-বাচক প্রণবাকারে অর্থাৎ সৃষ্টি স্থিতি প্রলয়কারিণী শক্তির অভিন্ন আধার স্বরূপে সর্ব্বত্র অবস্থিত দিব্য জ্যোতিঃ ধ্যান করি; যে জ্যোতিঃ সম্বিৎরূপে অর্থাৎ জ্ঞানচৈতন্যরূপে আমাদিগের বুদ্ধিকে ধর্ম্মার্থকামমোক্ষে প্রেরণ করিতেছেন।

যাঁহার প্রেরণায় আমাদিগের জ্ঞানের স্ফুরণ তাঁহারই প্রদত্ত জ্ঞানে তাঁহাকেই আমরা ধ্যান করি। যিনি বিশ্বের প্রাণ-স্বরূপ, যাঁহা হইতে উৎপন্ন মন, প্রাণ, জ্ঞান, বুদ্ধি, স্থূল, সূক্ষ্ম, গ্রহ, উপগ্রহ, অনন্ত সৌরজগৎ, ক্ষিতি, অপ্, তেজ, মরুৎ, ব্যোম, কর্ম্ম, সাধনা, চিন্তা, অনুভূতি, ভাব, উপলব্ধি, সাধন-বস্তু, সাধন-ফল, সাধক-অবস্থা অর্থাৎ অন্তর্বহিঃ সমূহ-বিশ্ব যাঁহারই বরণে সকল সময় নিয়োজিত, যিনিই বিশ্ব তাঁহাকে তাঁহারই দেওয়া জ্ঞানের দ্বারা ধ্যান করি।

যিনি নিজেই নিজেকে বরণ করিতেছেন, যিনিই বহু হইয়া লীলায়িত হইতেছেন, আমিও যাঁহার অংশ, সেই অংশ আমি,

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

বিরাট আমির উপলব্ধি করি, জীবাত্মার সহিত পরমাত্মার সম্বন্ধ ও অস্তিত্ব অনুভব করি। আমিই আমার পূজা করি। আমাতে আমি ছিলাম, আছি, থাকিব। পরমানন্দঃ।

গায়ত্রীর লক্ষ্য— মননং বিশ্ববিজ্ঞানম্, ব্রহ্মচিন্তনম্ আত্মোপলব্ধিঃ।

ওঁ আপো জ্যোতিঃ রসোঽমৃতং ব্রহ্ম
ভূর্ভুবঃ স্বরোঁ।

— ০ —

ওমিত্যাকার—শক্তিস্বরূপা
প্রতিব্যক্তাধিষ্ঠান-সত্ত্বৈকমূর্ত্তিঃ।
দ্বন্দ্বাতীত-নির্দ্বন্দ্ববোধৈকগম্যা
ত্বমেকা পরব্রহ্মরূপেণ সিদ্ধা॥

অগোত্রাকৃতিত্বাদনৈককান্তিত্বা—
দশেষাকরত্বাদনাকারকত্বাৎ।
অনারম্ভকত্বাদলক্ষ্যগমত্বাৎ
ত্বমেকা পরব্রহ্মরূপেণ সিদ্ধা॥

ন তে নামগোত্রে ন তে ধামচেষ্টে
ন তে জন্মমৃত্যু ন তে বন্ধমোক্ষৌ।
ন তে মিত্রশত্রু ন তে সৌখ্যদুঃখে
ত্বমেকা পরব্রহ্মরূপেণ সিদ্ধা॥

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

যদা নৈব ধাতা ন বিষ্ণুর্ন রুদ্রো
ন কালো ন বা পঞ্চভূতানি নাশাঃ *।
তদা কারণীভূতা সত্ত্বৈকমূর্ত্তি—
স্ত্বমেকা পরব্রহ্মরূপেণ সিদ্ধা॥

জলে শীতলত্বং শুচৌ দাহকত্বং
বিধৌ নির্ম্মলত্বং রবৌ তাপকত্বম্॥
যস্য কস্যাপি শক্তিস্তবৈবাম্বিকে
ত্বমেকা পরব্রহ্মরূপেণ সিদ্ধা।

* ন+ আশাঃ=দিক্

— ০ —

শূন্যবাদ

নাহি চন্দ্র নাহি সূর্য্য, নাহি গ্রহ নক্ষত্র নিকর ;
নাহি তৃণ তরুলতা, নদ নদী পর্ব্বত প্রান্তর ;
নাহি প্রাণ নাহি প্রাণী, পশু পক্ষী নাহিক মানব ;
শূন্য শূন্য—মহাশূন্য, আকাশের মত শূন্য সব।
নাহি জন্ম নাহি মৃত্যু, ইহলোক নাহি পরলোক ;
স্বপ্নোপম শূন্য সব—মরীচিকাসম, কা'র তরে করিতেছ শোক ?
কোথা সুখ, কোথা দুঃখ ? কেবা মিত্র, কেবা তব অরি ?
কি বা প্রিয় ? কি অপ্রিয় ? কাঁদিতেছ কোন্ কথা স্মরি' ?
কি ছিল না, কি লভিলে ? কি বা ছিল, কি বা গেল চলি ?
নাহি ছিল—নাহি আছে—নাহি হবে, শূন্য যে সকলি।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

কে কাহারে কি বা দিল, কে কাহার করিল সম্মান ?
কে কাহার কি বা নিল, করিল কে কা'রে অবমান ?
কোথা রূপ, কোথা তৃষ্ণা ? কি যে তুমি করি'ছ বিচার !
কে জন্মিল, কে মরিল ? কে বা বদ্ধ, মুক্তি হ'বে কা'র ?
নাহি প্রাণ, নাহি প্রাণী, নাহি হত্যা, নাহি অত্যাচার,
জন্ম নাহি, মৃত্যু নাহি, নাহি সুখ দুঃখ হাহাকার !
কে তোমার প্রিয়জন ? কা'র তরে কর অশ্রুপাত ?
কে মারিল ? কে মরিল ? কে করিল কা'রে অস্ত্রাঘাত ?
ছিন্ন হোক্ মোহবন্ধ সব ! মিথ্যাদৃষ্টি হোক্ তিরোহিত,
মহা ব্যোম সমান—শূন্যতা ; শান্ত, শিব, প্রপঞ্চ অতীত ।

— ০ —

অচিন্ত্যম্ অব্যক্তম্ অরূপম্ আনন্দঘনম্ লিঙ্গাতীতম্ ব্রহ্ম ।

— ০ —

অচিন্ত্যাব্যক্তরূপায় নির্গুণায় গুণাত্মনে ।
নিখিলজগদাধার-মূর্ত্তয়ে ব্রহ্মণে নমঃ ॥

— ০ —

গীতা ।

যং ব্রহ্মা বরুণেন্দ্ররুদ্রমরুতঃ স্তুন্বন্তি দিব্যৈঃ স্তবৈ-
র্বেদৈঃ সাঙ্গপদক্রমোপনিষদৈর্গায়ন্তি যং সামগাঃ ।
ধ্যানাবস্থিততদ্গতেন মনসা পশ্যন্তি যং যোগিনো
যস্যান্তং ন বিদুঃ সুরাসুরগণা দেবায় তস্মৈ নমঃ ॥ ম-১০

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

—অর্জ্জুন উবাচ—

ত্বমাদিদেবঃ পুরুষঃ পুরাণ-
স্ত্বমস্য বিশ্বস্য পরং নিধানম্‌।
বেত্তাসি বেদ্যঞ্চ পরঞ্চ ধাম
ত্বয়া ততং বিশ্বমনন্তরূপ॥ ১১।৩৮
বায়ুর্যমোঽগ্নির্ব্বরুণঃশশাঙ্কঃ
প্রজাপতিস্ত্বং প্রপিতামহশ্চ।
নমো নমস্তেঽস্তু সহস্রকৃত্বঃ
পুনশ্চ ভূয়োঽপি—নমো নমস্তে॥ ১১।৩৯
নমঃ পুরস্তাদথ পৃষ্ঠতস্তে
নমঽস্তুতে সর্ব্বত এব সর্ব্ব।
অনন্তবীর্য্যামিতবিক্রমস্ত্বং
সর্ব্বং সমাপ্নোষি ততোঽসি সর্ব্বঃ॥ ১১।৪০

'হে অনন্তরূপ—তুমি আদি দেব, তুমি অনাদি পুরুষ, তুমিই বিশ্বের একমাত্র লয়স্থান, তুমি সর্ব্বজ্ঞ, তুমিই জ্ঞাতব্য, তুমি পরমধাম, তুমিই বিশ্বব্যাপিয়া অবস্থিত। তুমি বায়ু, যম, অগ্নি, বরুণ, চন্দ্র, সূর্য্য এবং প্রপিতামহ অর্থাৎ সৃষ্টি-কর্ত্তার স্রষ্টা—তোমাকে সহস্র সহস্র নমস্কার—আবারও সহস্র সহস্র নমস্কার; হে সর্ব্বাত্মন্ আমি তোমার সম্মুখ-ভাগে—পৃষ্ঠভাগে এবং সকলদিকেই নমস্কার করি। হে অনন্তশক্তিমান্ তুমি অমিতবিক্রমসম্পন্ন, তুমি সমুদয়

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

বিশ্ব ব্যাপিয়া অবস্থিত। এই জন্যই তুমি সর্ব্বস্বরূপ, ওগো তুমিই সব, তুমিই সব, সবই তুমি!' অ-কু-ম

——শ্রীভগবানুবাচ——

অনন্যাশ্চিন্তয়ন্তো মাং যে জনাঃ পর্য্যুপাসতে।
তেষাং নিত্যাভিযুক্তানাং যোগক্ষেমং বহাম্যহম্॥ ৯-২২

'যাঁহারা অনন্যমনে চিন্তা করিয়া পরিপূর্ণভাবে অমার উপাসনা করেন— আমাতে একনিষ্ঠ সেই সকল ব্যক্তি-দিগের আমি যোগ ও ক্ষেম বহন করিয়া দিয়া থাকি।

যোগ— অলব্ধ লাভ
ক্ষেম— লব্ধ রক্ষা।' অ-কু-ম।

— ০ —

যাঁহার গোপন স্থিতি
ওতপ্রোত সৃষ্টির লীলায়
ছোট বড় নানারূপে
দিকে দিকে যাঁহার বিকাশ।
সবার মাঝারে থেকে
তবু যিনি সদা অপ্রকাশ;
জরা মৃত্যু যৌবনের
বিশ্বজোড়া বিবর্ত্তের মাঝে,
একা সে-ই নির্ব্বিকারে
নিয়ত বিরাজে।

— ০ —

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

সত্য একা বিশ্বব্যাপী
সত্য ছাড়া নাইরে কিছু ;
সেই একেরে কেন্দ্র ক'রেই
বহুর প্রকাশ হ'চ্ছে পিছু।

— ০ —

নমস্তে সতে তে জগৎকারণায়
নমস্তে চিতে সর্ব্বলোকাশ্রয়ায়।
নমোঽদ্বৈত-তত্ত্বায় মুক্তিপ্রদায়
নমো ব্রহ্মণে ব্যাপিনে শাশ্বতায় ॥

ত্বমেকং শরণ্যং ত্বমেকং বরেণ্যং
ত্বমেকং জগৎপালকং স্বপ্রকাশম্।
ত্বমেকং জগৎ-কর্ত্তৃ-পাতৃ-প্রহর্ত্তৃ
ত্বমেকং পরং নিশ্চলং নির্ব্বিকল্পম্ ॥

ভয়ানাং-ভয়ং ভীষণং-ভীষণানাং
গতিঃ প্রাণিনাং পাবনং পাবনানাম্।
মহোচ্চৈঃপদানাং নিয়ন্তৃ ত্বমেকং
পরেষাং পরং রক্ষকং রক্ষকানাম্ ॥

বয়ং ত্বাং স্মরামো বয়ং ত্বাং ভজামো
বয়ং ত্বাং জগৎ-সাক্ষিরূপং নমামঃ।
সদেকং নিধানং নিরালম্বমীশং
ভবাম্ভোধিপোতং শরণ্যং ব্রজামঃ ॥

—০—

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

বিপদো নৈব বিপদঃ সম্পদো নৈব সম্পদঃ
বিপদ্বিস্মরণং বিষ্ণো সম্পন্নারায়ণস্মৃতিঃ।

—০—

নারায়ণ নারায়ণ জয় গোবিন্দ হরে
নারায়ণ নারায়ণ জয় গোপাল হরে॥

নারায়ণ নারায়ণ জয় গোবিন্দ হরে
নারায়ণ নারায়ণ জয় গোপাল হরে।

—০—

পূরীধামে এসে প্রভু
কোথায় করি প্রণিপাত ?
শ্রীমন্দিরে কি সিন্ধুনীরে
কোথায় আছ জগন্নাথ!

—০—

হরে মুরারে মধুকৈটভারে
গোপাল গোবিন্দ মুকুন্দ সৌরে।
যজ্ঞেশ নারায়ণ কৃষ্ণ বিষ্ণো
নিরাশ্রয়ং মাং জগদীশ রক্ষ॥

—০—

মূকং করোতি বাচালম্ পঙ্গুং লঙ্ঘয়তে গিরিম্।
যৎকৃপা তমহং বন্দে পরমানন্দমাধবম্॥ গীতা, ম ৯

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ব্রহ্মার্পণং ব্রহ্মহবিঃ ব্রহ্মাগ্নৌ ব্রহ্মণাহুতম্।
ব্রহ্মৈব তেন গন্তব্যং ব্রহ্মকর্ম্ম সমাধিনা ॥ ঐ, ৪।২৪

—০—

যে যেখানে বেঁচে আছ ভাই বন্ধুগণ
সকলের পায়ে ধরি করি নিবেদন।
দয়াময়ী তারা মা'রে ডাকো বারবার
ডাকিতে এমন দিন পাবেনাক আর।

—৺ ধরণীধর মল্লিক—
শান্তি স্তব

মা আমার, আমার মা,
সে যে তোমার আমার মা শুধু নয়,
জগতের মা সবাকার।

—*—

শ্রীশ্রীচণ্ডী

নমো দেব্যৈ মহাদেব্যৈ শিবায়ৈ সততং নমঃ।
নমঃ প্রকৃত্যৈ ভদ্রায়ৈ নিয়তাঃ প্রণতাঃস্ম তাম্॥ ৫।৯
যা দেবী সর্ব্বভূতেষু মাতৃরূপেণ সংস্থিতা।
নমস্তস্যৈ নমস্তস্যৈ নমস্তস্যৈ নমো নমঃ॥ ৫।৭১-৭৩
ইন্দ্রিয়াণামধিষ্ঠাত্রী ভূতানাঞ্চাখিলেষু যা।
ভূতেষু সততং তস্যৈ ব্যাপ্তিদেব্যৈ নমো নমঃ॥ ৫।৭৭
সর্ব্ব-মঙ্গল-মঙ্গল্যে শিবে সর্ব্বার্থসাধিকে।
শরণ্যে ত্র্যম্বকে গৌরি নারায়ণি নমোঽস্তু তে। ১১।১০

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

সৃষ্টি-স্থিতি-বিনাশানাং শক্তিভূতে সনাতনি।
গুণাশ্রয়েঽগুণময়ে নারায়ণি নমোঽস্তু তে॥ ১১।১১

শরণাগতদীনার্ত্তপরিত্রাণপরায়ণে।
সর্ব্বস্যার্ত্তিহরে দেবি নারায়ণি নমোঽস্তু তে॥ ১১।১২

দেবি প্রপন্নার্ত্তিহরে প্রসীদ
প্রসীদ মাতর্জ্জগতোঽখিলস্য।
প্রসীদ বিশ্বেশ্বরি পাহি বিশ্বং
ত্বমীশ্বরী দেবী চরাচরস্য॥ ১১।৩
প্রসীদ—প্রসীদ—

অচিন্ত্যরূপচরিতে সর্ব্বশত্রুবিনাশিনি
রূপং দেহি, * ধনং দেহি, জয়ং দেহি
যশো দেহি, দ্বিষো জহি অ৯।৯
ভাগ্যং ভগবতি দেহি মে—

ক্ষন্তব্যোমেঽপরাধঃ প্রকটিতবদনে কামরূপে করালে
দেবি প্রসীদ—প্রসীদ

উপরিলিখিত স্তোত্রাদি অথবা স্তোত্রাদির কতকাংশ এবং "সাধক নরোত্তম দাসের শ্রীশ্রীকৃষ্ণের অষ্টোত্তর শতনাম"

* ভাবোচ্ছ্বাস সংযুক্ত।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

বিনা বাদ্য যন্ত্রাদিসাহায্যে উক্ত পদাবলীর উপযোগী ভাবময় সুরসংযোগে ভজন করা হয়। তৎপরে জার্ম্মান দিনপঞ্জী সঙ্কলিত ইউরোপীয় কবিগণের বাণীর দার্শনিক, তথা আধ্যাত্মিক ব্যাখ্যা করিয়া উপাসনাফল সুস্পষ্ট হইলে সর্ব্বশেষে একটি ভাবময় সঙ্গীত দ্বারা উপাসনা সম্পন্ন করা হয়।

(শ্রীরাম) শিরিরাম জপো সুখমে দুখমে,
সব নশ্বর হ্যায় বোধমান করো।
বহু বীর হুয়ে, বলবান হুয়ে,
হিৎনে আপৎমান হুয়ে,
তুম্ কোন্ হ্যায় কুছ্ জ্ঞান ধরো।
সব নশ্বর হ্যায় বোধমান করো॥

(প্রভুজী) প্রভুজী কি ইয়ে মায়া হ্যায়
কঁহি ধূপ, কঁহি ছাঁয়া হ্যায়
তুম্ কাঁহা ভ্রমে' কুছ্ ধ্যান ধরো।
সব নশ্বর হ্যায় বোধমান করো॥ *

* 'শ্রী' স্থলে 'শিরি' বলিলে সুর বজায় হইবে। জপো অর্থে জপ করো। বোধমান অর্থে অনুধাবন। হুয়ে অর্থে হইয়াছে। হিৎনে অর্থে আত্মীয়ের নিকটে। আপৎমান অর্থাৎ আপ্তমান ; লব্ধমান। ইয়ে অর্থে ইহা অর্থাৎ এই বিশ্ব সংসার। কঁহি অর্থে কোথাও। কাঁহা অর্থে কোথায়। ধূপ অর্থে রৌদ্র। ছাঁয়া অর্থে ছায়া অর্থাৎ অন্ধকার। ভ্রমে অর্থে ভ্রমণ করিতেছ।

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

সঙ্ঘবদ্ধ বালক বালিকাগণের একযোগে প্রত্যহ আবৃত্ত

বিশ্বদেবগীতি

নমো মহদ্ভ্যো, নমো অর্ভকেভ্যো,
নমো যুবভ্যো, নমঃ আশিনেভ্যঃ।
যজাম দেবান্ যদি শক্নবাম
মা জ্যায়সঃ শংসমাবৃক্ষিদেবাঃ।

সর্ব্ব দেবময় ব্রহ্ম দেব ভিন্ন নন
দেবতায় ভেদভাব ভ্রান্তির লক্ষণ।

তাই প্রণতি করিয়া ডাকি— নমো মহদ্ভ্যোঃ
নমি হে দেবতাগণ মহান্ বলিয়া খ্যাত যাঁহারা এখন।
তাই প্রণতি করিয়া ডাকি— নমো অর্ভকেভ্যো
নমি হে দেবতাগণ ক্ষুদ্র বলি অনাদৃত যাঁহারা এখন।
তাই প্রণতি করিয়া ডাকি— নমো যুবভ্যো
নমি হে দেবতাগণ লভেছ গৌরব ভবে যাঁহারা এখন।
তাই প্রণতি করিয়া ডাকি— নমঃ আশিনেভ্যঃ
নমি হে দেবতাগণ বিলুপ্তগৌরব ভবে যাঁহারা এখন।
মন যদি সিদ্ধি চাও, কর সঙ্কল্প এমন—

যজাম দেবান্ যদি শক্নবাম
শক্তি আছে যতক্ষণ পূজি দেবগণ
বিস্মৃত না হই যেন থাকিতে জীবন।
মন যদি শ্রেয়ঃ চাও কর প্রার্থনা এমন—

মা জ্যায়সঃ শংসমাবৃক্ষিদেবাঃ
যেখানে যে আছ ওহে বিশ্বদেবগণ
সকলেরে সমভাবে পূজি যেন অনুক্ষণ।

* * *

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

সংস্থার বাণী

সত্যই লক্ষ্য। স্বাস্থ্যই সম্পদ।

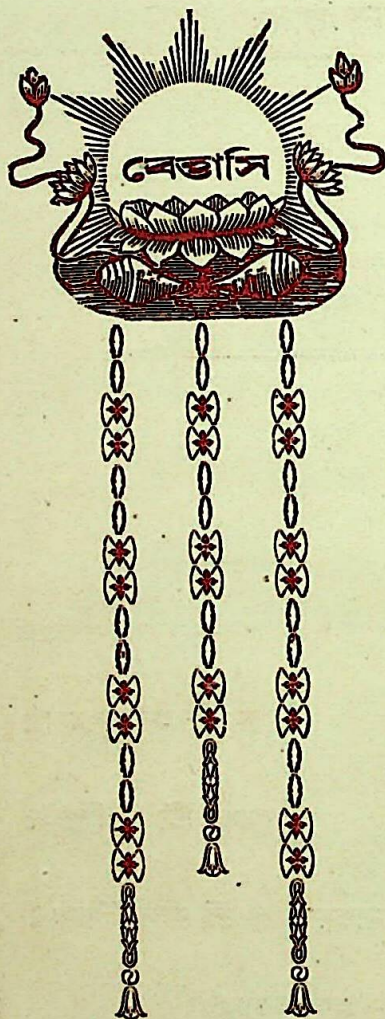
কর্ম্মই ধর্ম্ম। সঙ্ঘই শক্তি।

কর্ত্তব্যই করণীয়। ব্রহ্মচর্য্যই বরণীয়।

স্বাধীনতাই মনুষ্যত্ব।

শেষ

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

সংগচ্ছধ্বং সংবদধ্বং সং বো
মনাংসি জা
সমানো মন্ত্রঃ সমিতি সমানী
সমানং মনঃ সহচিত্তে
সমানী ব আকূতিঃ সমানা হৃদয়া
সমানমস্তু বো মনো যথা বঃ সুসহা

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi